

# أنت مصاب بالجرب، ما الذي يعنيه ذلك؟

أخبرك طبيب العائلة أنك مصاب بالجرب. قام طبيب العائلة ببدء علاج بالمرهم. يتم في هذا المنشور شرح خطوة بخطوة ما هو الجرب و ما يمكنك فعله لمنع إصابة الآخرين بالعدوى.

## ما هو الجرب؟

إن الجرب هو مرض جلدي. أنه يسبب لك الكثير من الحكة. إن الحكة شديدة في الليل خصوصا. إن ما يسببها لك هو حيوان صغير تحت الجلد. إن الجرب مزعج جدا و لكنه ليس خطيرا.

## كيف يمكنك أن تحرص على منع إصابة أحد بالعدوى؟

• عدم الاتصال بالجلد لمدة أكثر من 15 دقيقة:

- لمعاينة
- المشي يدا بيد
- الجنس
- عدم النوم في سرير واحد
- عدم الجلوس على سرير واحد
- عدم ارتداء ملابس بعض

## الحمل و الرضاعة

إذا كنت حامل أو كنت تعتقدين إنك حامل، تشاوري عندئذ مع طبيب العائلة الخاص بك حول العلاج الأفضل. يجب عليك فعل ذلك كذلك إذا أردت الحمل أو إذا كنت تمنحين الرضاعة.



## الأطفال

هل أن طفلك مصاب بالجرب؟ اذهب إلى طبيب العائلة لأجل علاج جيد للجرب.



## كيف يتم علاج الجرب؟

لا يشفى الجرب لوحده. أن الجرب قابل للعلاج بشكل جيد بالأدوية. إذا كنت مصابا بالجرب فيجب أن يذهب جميع شركائك في المنزل إلى طبيب العائلة. إذا كانوا مصابين كذلك بالجرب فستصاب بعد علاجك من جديد بالجرب من شركائك في المنزل.



تجد في الصفحة التالية شرحا خطوة بخطوة حول كيفية علاج الجرب.

# العلاج بالمرهم



اليوم 1 التاريخ .....

## ملايسك

1. اجمع جميع الملابس التي ارتديتها في الأيام الثلاثة الأخيرة.
2. ضعها في كيس قمامة بلاستيكي. ضع كيس القمامة جنب الغسالة. سوف تغسل هذه الملابس في اليوم 2 بدرجة ستين.
3. ضع الأغراض التي لا يمكنك غسلها بدرجة ستين (مثل المعطف و الأحذية و دمي السرير) في كيس قمامة بلاستيكي آخر. أغلق كيس القمامة البلاستيكي. اترك كيس القمامة البلاستيكي لمدة 3 أيام. ستموت الحيوانات الصغيرة عندئذ.



## المساء

4. اجعل الجلد جافا و باردا. لا تستحم أو تأخذ دُشا.
5. لا تدهن الجلد بمنتجات أخرى.



## قص الأظافر

6. قص أظافر أصابع يديك و قدميك.



## ادهنها بالمرهم

7. ادهن كل جسمك ابتداء من الفك و كذلك تحت الأظافر. لا تترك أي منطقة جلد بدون دهن.
8. اجعل شخصا آخر يدهن لك ظهرك. يجب على ذلك الشخص ارتداء القفازات.
9. لا تدهن رأسك بالمرهم.
10. لا تدهن الأجزاء الداخلية من أعضائك التناسلية بالمرهم.
11. اترك المرهم طوال الليل. و ذلك لمدة 8 ساعات على الأقل.
12. ادهن اليدين الأظافر و الأرداف من جديد بعد غسل اليدين أو زيارة المرحاض.



## النوم



اليوم 2 التاريخ .....

### الاستيقاظ



### السرير

1. أزل الشراشف و غطاء المخدة من السرير.
2. ضع الشراشف و غطاء المخدة في الغسالة. اغسلها بدرجة 60.



60°C

### الاستحمام و غسل الملابس

3. خذ دُشاً.
4. نشف نفسك باستخدام منشفة نظيفة.
5. ارتدي ملابس نظيفة.
6. ضع المنشفة و الملابس التي ارتديتها أثناء النوم في الغسالة. استخدم في ذلك القفازات التي تستخدم لمرة واحدة.
7. اغسل الملابس و المناشف بدرجة ستين.
8. اغسل كذلك باقي الملابس في الأكياس بدرجة ستين.
9. ارمي القفازات في حاوية القمامة.



60°C

### ترتيب السرير

10. رتب سريرك باستخدام شراشف و غطاء مخدة نظيفة.



### لقد انتهى العلاج

يمكن أن تستمر الحكمة لأربعة أسابيع بعد العلاج. إن ذلك طبيعي. يمكنك طلب أدوية مضادة للحكة من طبيب العائلة.



اليوم 4 (بعد 72 ساعة) التاريخ .....

يمكنك اليوم استخدام الملابس و الأغراض في كيس القمامة البلاستيكي من جديد.

Plaats hier de contactgegevens van uw GGD.