



وزارة الصحة العامة  
Ministry of Public Health  
دولة قطر - State of Qatar



المبادئ الإرشادية السريرية لدولة قطر  
NATIONAL CLINICAL GUIDELINES FOR QATAR

# معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ما تحتاج أن تعرفه عن التهاب اللوزتين وكيفية  
معالجتهما

تاريخ النشر: ٢٨ يوليو ٢٠١٩

تاريخ المراجعة النهائية: ٢٨ يوليو ٢٠٢١



### ➤ معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن تشخيص وعلاج المرضى الذين يعانون من التهاب اللوزتين من خلال المبادئ الإرشادية السريرية الوطنية: تقييم وعلاج المرضى الذين يعانون من التهاب اللوزتين.

هذا الدليل متاح لعامة الناس من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة:



### ➤ منع انتقال الفيروسات

تنتقل الفيروسات والبكتيريا التي يمكن أن تسبب التهاب اللوزتين عن طريق السعال أو العطس أو التقبيل أو اللمس في حال كانت الأيدي ملوثة.

لمنع انتقال العدوى منك أو من طفلك، إلى الناس من حولك، قم بما يلي:

- اغسل يديك بالماء والصابون.
- غطّ أنفك وفمك عند السعال أو العطس.
- لا تتشارك المناشف والمناديل مع الآخرين.
- تجنب المصافحة، العناق، أو تقبيل الآخرين.
- لا تسمح للأطفال بمشاركة الألعاب إذا كان أحد الأطفال مصاباً بالتهاب اللوزتين.

يفضّل مراقبة الأطفال الصغار الذين يعانون من التهاب طفيف في الحلق والتروّي قبل استئصال اللوزتين.

### ➤ الأعراض التي يجب مراقبتها

يمكن أن تكون أعراض التهاب اللوزتين مشابهة لأعراض بعض الأمراض الخطيرة ويمكن أن تتطور مضاعفات التهاب اللوزتين عند بعض الأشخاص.

إذا كنت أو طفلك تعانيون من أي من الأعراض التالية، اتصل بسيارة إسعاف أو اذهب فوراً إلى قسم الطوارئ أو مركز طوارئ الأطفال (إذا كان المصاب طفلك):

- صعوبة التنفس
- تغيير في لون الشفاه (أزرق)
- صعوبة البلع
- سيلان اللعاب
- جفاف العيون
- جفاف الفم
- انخفاض كمية البول
- حمى مع برودة في الأطراف
- صلابة في العنق
- الألم عند النظر إلى أضواء ساطعة
- صداع شديد
- طفح جلدي

لا يمكن إجراء استئصال اللوزتين جراحياً إلا في إحدى الحالات التالية على الأقل:

- تكرار التهاب اللوزتين في العام الماضي ٧ مرات على الأقل؛ أو
- تكرار التهاب اللوزتين ٥ مرات على الأقل في كل من السنتين الأخيرتين؛ أو
- تكرار التهاب اللوزتين ٣ مرات على الأقل في كل من السنوات الثلاث الأخيرة؛ أو
- تأثير الالتهاب المتكرر على نوعية الحياة؛ أو
- مشاكل صحية ناتجة عن مضاعفات التهاب اللوزتين.

### ➤ متى تحتاج زيارة الطبيب؟

راجع طبيب الرعاية الأولية، إذا:

- اشتدت أعراض المرض
- لم تشعر بتحسن بعد ٧ أيام
- ازدادت الأعراض سوءاً
- إن كنت حامل
- تعاني من مرض مزمن
- تعاني من مشكلة في جهاز المناعة

سيناقش الطبيب معك الأعراض التي تشعر بها وسيقوم بفحص حلقك. كما سيقيّم إن كان مسبب الالتهاب فيروساً أو بكتيريا من خلال إجراء بعض الفحوصات.

إذا اعتقد الطبيب أن سبب العدوى بكتيريا وكانت الأعراض لديك شديدة، أو لم تتحسن بعد ٧ أيام، فمن المرجح أن يصف طبيبك المضادات الحيوية.

تأكد دائماً من أن تطلع طبيبك عن كل الأدوية التي تأخذها وعمّا إذا كنت تعاني من أي حساسية



من الممكن أن تتسبب البكتيريا بالتهاب اللوزتين. البكتيريا تختلف عن الفيروسات فهي أكبر بكثير ويمكن رؤيتها تحت المجهر. وهي كائنات حية لا تستولي على آلية عمل الخلايا.

### المضادات الحيوية لا تأثير لها على الفيروسات

المضادات الحيوية هي الأدوية التي يمكن أن تقتل البكتيريا ولكن ليس لها أي تأثير على الفيروسات. وبالتالي فهي لا تستخدم لعلاج نزلات البرد.

يمكن أن تسبب المضادات الحيوية أيضاً الكثير من الآثار الجانبية وقد تكون ضارة في بعض الأحيان.

يمكن أن يؤدي الاستخدام المفرط للمضادات الحيوية إلى مقاومة البكتيريا للدواء (مقاومة المضادات الحيوية). وهذا بدوره يؤدي إلى إصابات يصعب علاجها أو يتعذر علاجها وهي مشكلة متنامية في قطر.

### ➤ ماذا أفعل إن كنت مصاباً بالتهاب اللوزتين؟

سواءً أكان السبب فيروس أم بكتيريا، فإن معظم المصابين بالتهاب اللوزتين سيتحسنون خلال أسبوع بدون تدخل طبي. هناك بعض الأدوية المتوفرة في الصيدلية يمكنها المساعدة في تخفيف بعض الأعراض. تشمل هذه الأدوية:

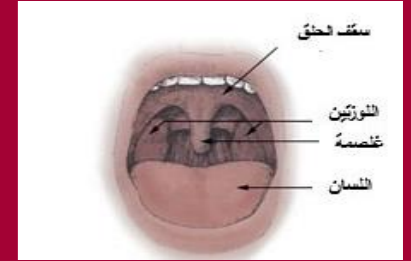
- باراسيتامول
- ايبوبروفين
- مرطبات الحلق

إذا شعرت بتعب، تأكد من أخذ القسط الكافي من الراحة وشرب ما يكفي من الماء للحفاظ على ترطيب جسدك. يمكن أن تساعد المشروبات الدافئة على تهدئة الحلق.

### ➤ ما هي اللوزتين؟

اللوزتين عبارة عن غدد موجودة في نهاية الحلق تساعد الجسم على مقاومة العدوى.

هناك غدتان، واحدة في كل جانب من الحلق:



التهاب اللوزتين هو التهاب في غدد اللوزتين يؤدي إلى تورم الغدد واحمرارها وبروز تقرحات.

لذلك، قد يعاني الأشخاص المصابون بالتهاب اللوزتين من:

- التهاب شديد في الحلق
- بقع بيضاء على اللوزتين
- حمى
- صداع
- شعور بالتعب العام والغثيان
- سيلان الأنف

### ➤ ما أسباب التهاب اللوزتين؟

معظم حالات التهاب اللوزتين سببها الفيروسات التي تنتشر من شخص لآخر عبر الرذاذ الخارج من الأنف أو الفم.

الفيروسات عبارة عن كائنات صغيرة جداً بحيث لا يمكن رؤيتها حتى بواسطة المجهر. تستولي على آليات عمل الخلايا المبطنة للأنف والحنجرة وتستنغل هذه الخلايا للتكاثر.

يقتل الجهاز المناعي للجسم في نهاية المطاف الخلايا المصابة والفيروسات، ولكن قد يستغرق الأمر أسبوع عند البالغين أو أسبوعين عند الأطفال.