Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard
Dipartiment għar-Regolamentazzjoni tas-Saħħa
Uffiċċju tad-Deputat Prim Ministru u Ministeru għas-Saħħa

Il-Marda ta' l-Idejn, is-Saqajn u l-Ħalq

Introduzzjoni
Il-marda ta' l-idejn, is-saqajn u l-ħalq (*hand, foot and mouth disease)* hi infezzjoni minn virus li jaffetwa l-iktar lit-trabi u lit-tfal żgħar. Din il-marda ġeneralment ma tħallix konsegwenzi serji pero taf tkun ta' skumdita' għall-marid.

Is-sintomi jinkludu fost oħrajn:

- għejja, nuqqas ta'aptit, uġiegħ fil-griżmejn, sogħla u deni
- raxx jew ponot fuq il- pala ta' l-idejn jew tas-saqajn
- ulċeri fil-ħalq li jiskomodaw lill-marid

Meta għandek tirrikorri għand it-tabib?
Din l-infezzjoni hija marda li tgħaddi waħedha. Is-sintomi ġeneralment idumu xi sebat ijiem. Persuna, għandha tikkuntatja lit-tabib, jekk il-marid ma jkunx jista' jixrob minħabba l-ulċeri tal-ħalq u jekk is-sintomi jdumu iktar minn ġimgħa.

Kura
Preżentament ma hemm l-ebda kura għal din il-marda. L-importanti huwa li nżommu lit-tfal tagħna komdi u nħeġġuhom biex jixorbu ħalli dawn ma jixxotawx. Bħala kura wieħed għandu juża l-mediċini biex jikkontrolla d-deni u l-uġiegħ tal-ħalq.

X'inhu l-kaġun ta' din il-marda?
Il-marda hi infezzjoni kkaġunata minn grupp ta' viruses msejħa *enteroviruses*. L-iktar tnejn komuni li jikkawżaw din il-marda huma il-*Coxsackievirus* A16 u l-*Enterovirus* 71.

X'inhu l-*incubation period*?
Il-perjodu minn mindu wieħed jiltaqa' mal-mikrobu sakemm joħorġu s-sintomi, ġeneralment huwa ta' ħamest ijiem.

Kif tinxtered din il-marda?
Il-virus faċilment jinxtered. Il-marid għandu l-potenzjal li jibqa' jxerred dan il-virus, saħansitra għall-ġranet wara li tkun bdiet l-infezzjoni.

It-tfal għandna nibgħatuhom lura lejn l-iskola jew in-*nursery*, biss wara li jkun għaddilhom u wara li l-ponot ikunu kollha nixfu; dan ġeneralment ifisser wara xi sebat ijem.

Health Promotion and Disease Prevention Directorate
Infectious Disease Prevention and Control Unit, 5B, The Emporium, C. De Brocktorff Str., Msida MSD 1421 Malta.
Tel: (+356) 2326 6145, Helpline 21 324 086, Email: disease.surveillance@gov.mt

L-infezzjoni tista' tinxtered permezz ta':

1. bl-għatis u s-sogħla
2. oġġetti li t-tfal jistgħu jagħmlu f'ħalqhom eżempju ġugarelli, lapsijiet eċċ u jużahom ħaddieħor
3. nuqqas ta' iġjene ta' l-idejn (wara li wieħed juża it-tojlit jew ibiddel xi *nappy*)
4. kuntatt mal-likwidu tal-ponot u s-saliva ta' xi ħadd infettat

Ġeneralment it-tfal jiżvillupaw immunita' dejjiema għal virus wara li jkunu mardu bih.

Kumplikazzjonijiet
Importanti li nevitaw li t-tfal tagħna jixxuttaw minħabba li ma jkunux qegħdin jixorbu biżżejjed. Jekk il-
marid ma jkunx qiegħed jixrob, ikollu bżonn l-għajnuna medika.

Min jista' jimrad bil-marda ta' l-Idejn, is-Saqajn u l- ħalq?

- Din hija marda komuni
- Din taffetwa l-iktar lit-tfal ta' għaxar snin jew inqas pero tista' taffetwa ukoll lill-adulti
- Is-sintomi ġeneralment ikunu iktar ħfief fl-adulti
- Taffetwa b'mod ugwali kemm lill-irgiel kif ukoll lin-nisa

Din il- marda ma għandha xejn x'taqsam mal-marda ta' l-ilsien u d-dwiefer fl-annimali. Din l-infezzjoni ma tittiħedx mill-annimali.

Hand, Foot, and Mouth Disease

Sorsi:
http://www.nhs.uk/Conditions/Hand-foot-and-mouth-diseases/Pages/Introduction.aspx
http://www.cdc.gov/hand-foot-mouth/index.html

Infectious Disease Prevention and Control Unit, 5B, The Emporium, C. De Brocktorff Str., Msida MSD 1421 Malta.
Tel: (+356) 2326 6145, Helpline 21 324 086, Email: disease.surveillance@gov.mt