

הרפפפפפפ

קוראים להם פצעי חום או פצעי קור, הם מדבקים מאד, כואבים, עלולים להופיע שוב ושוב, לא אסתטיים ועלולים להשפיע על הביטחון העצמי ועל הדימוי העצמי בעיקר בגיל העשרה. מה הם ומה ניתן לעשות נגדם?

מה הגורם להרפס השפתיים (Herpes Labialis) ?

נגיף ההרפס סימפלקס הינו זיהום נגיפי שכיח המתבטא בשלפוחיות מקומיות. כ-80% מהאוכלוסייה הבוגרת הינה נשאית של הנגיף, לעיתים ללא ביטוי קליני.

המחלה נגרמת ע"י אחד משני סוגים של הרפס סימפלקס: הרפס סימפלקס 1 - קשור לזיהומים בפנים או בפה והרפס סימפלקס 2 - גורם לזיהומים באזור הגניטליה. אך כל אחד מהם יכול לגרום למחלה בכל מקום בעור וברירות.

לאחר ההדבקה הראשונית, נגיף ההרפס נשאר במצב רדום בשורשי העצבים המעצבים את העור. כלומר, אנו לא מצליחים להיפטר מהנגיף. בזמן הישנות, הנגיף מתקדם לאורך העצבים, לתוך העור או הרירות, שם הוא מתרבה וגורם למחלה הקלינית. לאחר כל התקף לאורך כל חייו הוא נכנס בחזרה למצב הרדום.

בזמן התקף, הנגיף יכול לעבור לאזורים אחרים בגוף ולגרום שם לשלפוחיות. הדבקה משנית זו נעשית לרוב על ידי מגע של החולה בנגעים והעברתם למקומות אחרים בגוף. לדוגמא, בעת מציצת אצבע ניתן להעביר את הנגיף מהפה לאצבע.

כיצד נדבקים בנגיף?

המחלה מאד מדבקת ועוברת בדרך כלל כתוצאה ממגע ישיר, על ידי רוק או מגע עור בעור. הדבקה ראשונית קורית לרוב בגיל הילדות, בגילאי 1 - 5 שנים.

מהי ההתבטאות הקלינית של הנגיף?

על פי מחקרים, 95% מהנדבקים בהרפס השפתיים לא יחוו בדבר חריג, הנגיף יישאר רדום בגוף ויתפרץ מדי פעם. אצל שליש מהאנשים עלולה להיות הופעה חוזרת של יותר מפעם אחת בשנה. לעיתים, המחלה הראשונית היא קשה יותר.

הרפס ראשוני: לאחר מגע עם אדם הסובל מהרפס, הנגיף דוגר במשך 2 – 11 ימים לפני הופעת הסימנים הראשונים. הרפס ראשוני יכול להתבטא בצורה קלה או אפילו תת-קלינית כלומר ללא תסמינים, אך תסמינים, כאשר קיימים, נוטים להיות חמורים יותר מאשר בהישנויות. התסמינים כוללים פצעים בפה, חום, ריור מוגבר ואי שקט. אכילה ושתייה גורמים לכאב רב. החניכיים נפוחים ומדממים בקלות. שלפוחיות קטנות נוצרות על הלשון, בגרון, על החיך ובצד הפנימי של הלחיים. בלוטות לימפה צוואריות ותת ליסתיות מוגדלות ורגישות. החום נמשך כ 3 - 5 ימים והחלמה מלאה תוך שבועיים.

הישנויות של הרפס השפתיים: לאחר הזיהום הראשוני, בין אם היה עם תסמינים בין אם לאו, הנגיף יכול להישאר רדום בגוף ללא תסמינים לכל החיים או לגרום להתפרצויות משניות במרווחי זמן שונים. בהישנות של הרפס, בדרך כלל, השלפוחיות נוטות להיות קטנות יותר וקרובות יותר זו לזו בצורה של צברים. לרוב, ההישנות קורית באותו אזור של המחלה הראשונית, מאחר והנגיף נשאר רדום בעצב המעצב את האזור. ההישנות מתחילה לעיתים קרובות עם הרגשת עקצוץ או שריפה בשפה ולאחר מספר שעות הופעה של שלפוחיות קטנות צפופות. השלפוחיות מחלימות תוך 7 - 10 ימים ללא הצטלקות.

מה גורם להתפרצויות החוזרות של הנגיף?

הגורמים להישנות הנגיף לא ברורים די צרכם. בין הגורמים: מתח נפשי וחרדה, זיהומים בדרכי נשימה עליונות ("התקררות"), תזונה לקויה, חוסר שינה, טיפולי שיניים, שינויים הורמונליים (למשל לפני ווסת אצל נשים), חשיפה מוגברת לשמש, טראומה קטנה או ניתוח באזור הנגוע ובעיות במערכת החיסון. במקרים רבים הסיבה להישנות איננה ברורה.

מה הם הסיבוכים של הרפס השפתיים?

- הרפס השפתיים יכול להיות מסוכן אם השלפוחיות קרובות לעין ומערבות אותה. הנגיף יכול לגרום להצטלקות הקרנית.
- הישנויות מרובות ותכופות שגורמות מעבר לנגעים עצמם גם לעוגמת נפש.
- התפשטות הנגיף למקומות אחרים בגוף.
- התפשטות כללית בגוף אצל אנשים עם מערכת חיסון חלשה.

כיצד ניתן למנוע הדבקה בנגיף?

- לרחוץ במים רותחים פריטים (כגון מגבות) שבאו במגע עם הנגעים.
- להימנע משימוש בכלי אוכל משותפים עם אנשים הסובלים מהרפס פעיל.
- להימנע משיתוף משחות למריחה על נגעים.
- להימנע מלהתנשק עם אנשים עם הרפס פעיל.
- להימנע מלגעת בנגעים כדי למנוע העברתם לאזורים אחרים בגוף.
- לשמור על היגיינת ידיים.

כיצד מטפלים בהרפס השפתיים?

כפי שכבר נכתב, הנגיף נשאר רדום בגופנו. ניתן לנסות לצמצם את הגורמים להישנויות, באם הם ידועים כגון חשיפה לשמש או עייפות. התסמינים יחלפו תוך מספר ימים עד שבועיים גם ללא טיפול. ניתן להשתמש במשחה אנטי וירלית. טיפול מוקדם, ככל האפשר, מזרז את הגלדת הנגעים ועשוי למנוע את התפשטותם. לעיתים, בעיקר במחלה חוזרת תכופה, ניתן להשתמש בתרופה אנטי וירלית כטיפול או גם כטיפול מניעתי לאורך זמן. במצבים אלה יש לפנות לייעוץ רופא.