

آنفلوانزا

آنفلوانزا، یکی از شایع‌ترین بیماری‌های عفونی مسری می‌باشد. طیف علائم آن از تب بسیار بالا و خستگی خفیف تا نارسایی تنفسی و حتی مرگ متفاوت می‌باشد.

✚ مرگ و میر ناشی از آنفلوانزا در کودکان و افراد مسن بیشتر است.

✚ زمان شیوع بیماری پاییز و اوایل زمستان می‌باشد.



افراد "در معرض خطر" بیماری آنفلوانزا شامل:

- 1 - سالمندان
 - 2 - کودکان 6 ماهه تا 5 ساله
 - 3 - بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن (ریوی، قلبی عروقی، کلیوی و دیابت)
 - 4 - کارکنان حرفه‌های پزشکی و بهداشتی، بالاص افراد در تماس مستقیم با بیمار
 - 5 - خانم‌های بارداری که سه ماهه دوم و سوم حاملگی آنان
- مقارن با فصل شیوع آنفلوانزا می‌باشد.

علائم و نشانه‌ها

علائم عفونت با ویروس آنفلوانزا متفاوت است، اما معمولاً شامل بسیاری از علائم و نشانه‌های زیر می‌باشد:

- شروع تب ناگهانی و بالا از علائم مشخصه ابتلا به آنفلوانزا می‌باشد.
- گلو درد
- درد عضلانی
- سردرد
- آبریزش بینی
- ضعف و خستگی شدید
- سرفه و سایر علائم تنفسی
- افزایش ضربان قلب
- قرمزی و آبریزش چشم

دوره کمون

دوره کمون آنفلوانزا به طور متوسط دو روز است اما به طور معمول از 1 تا 4 روز متغیر می‌باشد.

بعد از تماس با فرد مبتلا به آنفلوانزا 1-4 روز طول می‌کشد تا علائم بیماری در فرد ظاهر شود.

تشخیص

آنفلوانزا را معمولاً بر اساس ویژگی‌های بالینی تشخیص می‌دهند اما اخیراً آزمایش‌های تشخیصی سریع، با ویژگی‌های زیاد و درجه حساسیت متوسط به طور گسترده استفاده می‌شوند.

تشخیص آنفلوانزا: کشت ویروسی از ترشحات گلو و حلق

پیشگیری

تزریق واکسن آنفلوانزای A و B اوایل پاییز (زمان شیوع آنفلوانزا)



روش انتقال

مهم ترین راه انتقال ویروس در محیط‌های بسته از طریق هوا می‌باشد. از آنجا که ویروس آنفولانزا ممکن است ساعت‌ها در شرایط سرد و رطوبت کم در محیط، زنده بماند انتقال ویروس از طریق ترشحات آلوده نیز می‌تواند صورت بگیرد. بنابراین بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا، شستشوی مرتب دست‌ها می‌باشد.



پیشگیری

- 1 - در زمان سرفه و عطسه دهان خود را با دستمال و یا ماسک بپوشانید.
- 2 - از حضور در مکان‌های عمومی خودداری کنید.
- 3 - دست‌های خود را مرتباً بشوید تا از انتقال ویروس در اثر تماس دست شما با وسایل یا سطوح جلوگیری شود.
- 4 - از تماس دست با چشم، ترشحات بینی و دهان خودداری کنید.



آنفولانزا

را جدی بگیرید



درمان آنفولانزا

- 1 - استراحت
- 2 - استفاده از تب‌رها
- 3 - مواد تغذیه‌ای مناسب جهت بالا بردن سیستم ایمنی
- 4 - استفاده از میوه‌ها و سبزیجات تازه

در صورت طولانی شدن سرفه و تنگی نفس حتماً به یک مرکز درمانی مراجعه کنید.

✚ شیرخواران بالای 6 ماه، افراد مسن و همه افرادی که در معرض خطر بیماری هستند باید سالیانه بر علیه ویروس آنفولانزا واکسینه شوند.

✚ واکسن آنفولانزا باید در دمای 2-8 درجه سانتی‌گراد نگهداری شود.

مرکز بهداشت و

درمان

معاونت بهداشتی

