

آنفلوانزا چیست ؟

آنفلوانزا یک بیماری مسری است که هر فردی در هر سنی ممکن است به آن مبتلا شود. شیوع بیشتر این بیماری در فصل زمستان بوده و علت آن حضور طولانی مدت در فضاهای بسته و تماس نزدیک افراد با یکدیگر است.

آنفلوانزا به راحتی با عطسه، سرفه و تماس دست از فرد به فرد منتقل می شود. تشدد بیماری در افراد کم سن، سالمندان، خانم های باردار و کسانی که مشکل خاصی مانند آسم یا سایر بیماری های ریوی دارند دیده می شود.



علائم:

- تب بالای ۳۸ درجه سانتیگراد (دهانی)
 - سردرد
 - درد بدن و خستگی
 - آب ریزش بینی
 - ناراحتی گلو (خارش و سوزش)
 - سرفه
 - علائم گوارشی (اسهال، استفراغ)
- معمولاً تب و سایر نشانه های آنفلوانزا ۲ تا ۵ روز و بعضی مواقع یا یک هفته یا بیشتر ادامه دارد.
- ضعف و خستگی ممکن است تا چندین هفته ادامه پیدا کند

عوارض

عوارض آنفلوانزا که شایعترین آنها پنومونی است. در بیماران بالای ۶۵ سال، و آنهایی که نیاز به مراقبتهای طولانی مدت در منزل دارند، و خانم های باردار بویماران مبتلا به دیابت و بیماریهای قلبی و ریوی دیده می شود.

درمان:

اغلب بیماران طی یک تا دو هفته بهبود می یابند.

درمان علامتی:

- استراحت کامل تا زمان بهبودی
- نوشیدن مایعات به میزان زیاد
- استامینوفن میتواند تب، سردرد را بر طرف کند
- آسپرین برای بچه های زیر ۱۸ سال توصیه نمی شود.
- داروهای ضد سرفه اغلب موثر نبوده و به بچه های زیر ۶ سال توصیه نمی شود.

پیشگیری:

موثرترین راه پیشگیری رعایت نکات بهداشتی از جمله شستشوی دست است.





آنفلوانزا



بیمارستان حکیم
واحد کنترل عفونت
پاییز ۹۴

کنترل عفونت:

- با شستشوی مرتب دستها، گرفتن جلوی دهان هنگام سرفه و عطسه می توان از انتشار آنفلوانزا جلوگیری کرد.
 - شستشوی دست ها با آب و صابون انتشار بیماری را محدود می کند. اگر صابون در دسترس نبود می توان از محلولهای شستشوی دست حاوی الکل استفاده کرد.
 - هنگام عطسه و سرفه جلوی دهان خود را با دستمال یکبار مصرف (دستمال کاغذی) گرفته و سپس دستمال را در سطل آشغال بیاندازید.
 - اگر دستمال نبود از قسمت داخلی آستین لباس خود و در قسمت ساعد برای جلوگیری از انتشار ترشحات و قطرات بزاقی استفاده کنید.
- تا حد امکان در فصول شایع از روبوسی و دست دادن در هنگام احوالپرسی پرهیز نمایید.**



در صورت تجویز پزشک داروهای ضد ویروس و استفاده از واکسن آنفلوانزا هم در مواجهه با بیماری موثر است.

چه کسانی واکسن دریافت کنند؟

- واکسن آنفلوانزا برای سنین بالای ۶ سال تجویز میشود ولی استفاده از آن در موارد زیر توصیه میشود:
- افراد ۵۰ سال به بالا
- کسانی که نیاز به مراقبتهای طولانی مدت در منزل دارند
- افرادی که بیماری مزمن قلبی یا ریوی دارند
- افرادی که دیابت یا بیماری های کلیوی دارند
- افرادی که مبتلا به عفونت HIV بوده و یا پیوند عضو داشته اند
- بچه ها و نوجوانان ۶ ماهه تا ۱۸ ساله که درمان طولانی مدت با آسپرین دارند
- خانمی که در فصل شیوع آنفلوانزا باردار باشد
- افرادی که در تماس با بیماران هستند مانند: مراقبین بهداشتی، کارمندان مراکز مراقبتهای پرستاری، کارمندان خانه های بهداشتی و کسانی که در کنار افراد پر خطر برای ابتلا زندگی می کنند