

آنفولانزای فصلی

آنفولانزا یک بیماری تنفسی ناشی از آلودگی با ویروس آنفولانزا میباشد این بیماری بسیار عفونی بوده و به سرعت میتواند از فردی به فرد دیگر منتقل شود و همچنین این بیماری در هر سنی میتواند افراد را مبتلا کند شیوع این بیماری بیشتر در فصول سرد بوده که علت آن حضور طولانی مدت در فضاهای بسته میباشد.

❖ علائم بیماری آنفولانزا چیست؟

- تب بالای ۳۸/۵ درجه به علاوه ی حداقل یکی از علائم سرفه-گلودرد - درد عضلانی-تهوع - استفراغ - لرز - البته علائم آنفولانزا بسیار بیشتر از یک سرماخوردگی معمولی می باشد.

❖ دوره واگیری چگونه است؟

از یک روز قبل از بروز علائم بیماری تا هفت روز بعد از بروز نشانه ها بیماری واگیردار میباشد علائم بیماری ۴-۱ روز بعد از ورود ویروس به بدن تظاهر می یابد .

❖ راه های انتقال بیماری چیست؟

تنفس هوای آلوده شده با ذرات تنفسی حاصل از سرفه یا عطسه ی فرد بیمار- تماس با اعضاء یا وسایل آلوده به ترشحات فرد بیمار مثل دست / تلفن / پول

ویروس میتواند روی اشیاء آلوده ۸-۲ ساعت زنده بماند و در این مدت میتواند بیماری را منتقل کند.

گروه های در معرض خطر مثل زنان باردار و افراد دارای بیماری زمینه ای مثل دیابت و نقص ایمنی و مشکلات کلیوی و افراد بالای

۶۵ سال و کودکان زیر ۶ سال به محض مشاهده علائم باید به پزشک مراجعه کنند.

❖ راه های جلوگیری از بیماری آنفولانزا کدامند؟

- شستن مکرر دستها با آب و صابون و جلوگیری از لمس چشمها و بینی و دهان چون راه انتقال ویروس میباشد.

- داشتن حداقل یک متر فاصله از افرادی که احتمال ابتلا به آنفولانزا را دارند.

خودداری از حضور در مناطق شلوغ یا کاهش مدت زمان حضور در این اماکن باز کردن درب ها و پنجره ها در فواصل منظم در روز حداقل هر بار ده دقیقه که به تهویه هوا کمک کند.



بیمارستان شهید محمد منتظری

تفاوت بین سرما خوردگی و آنفولانزا

نشانه های آنفولانزا	نشانه های سرما
تب بالا	بدون تب یا تب
سر درد پدیدار	سر درد های گاه
دماغ گرفتگی ندارد	گرفتگی بینی یا
عطسه های گاه و بیگاه	عطسه کر
سر فیه هایی که اغلب تعدادشان بالا میرود	سرفه های خف
بیشتر اوقات بدن گرفته است یا درد میزند	درد و گرفتگی بد
احساس خستگی شدید	احساس خست
گاهی اوقات گلو زخم میشود	
احساس ناتوانی	

نکاتی در مورد سرم

یک کودک در سال ۶/۸ مرتبه دچار سرماخوردگی میشود

یک فرد بالغ ۲/۴ مرتبه در سال دچار سرماخوردگی میشود

❖ افرادی که به تخم مرغ حساسیت دارند نباید از واکسن آنفولانزا استفاده کنند.

➤ هشدار

در صورت مشاهده علائم تنگی نفس / اشکال در نفس کشیدن / حال عمومی بد / تب بالا / بیش از سه روز در مبتلایان به سرماخوردگی باید هر چه سریعتر به پزشک مراجعه کنند.

در صورت ابتلا به آنفولانزا چه باید کرد؟ نوشیدن مایعات به مقدار فراوان / تغذیه مناسب / و استراحت و مصرف داروهای مسکن مثل استامینوفن که برای کاهش درد و تب مفید است.

البته بیماران بهتر است تا ۲۴ ساعت بعد از قطع تب از حضور در اماکن عمومی خودداری کنند و استفاده از دستمال موقع عطسه و سرفه و سپس انداختن دستمال کاغذی پس از هر بار استفاده در داخل کیسه پلاستیکی درب دار.

❖ واکسن آنفولانزا چیست؟

واکسن آنفولانزا یک نوع ویروس ضعیف زنده میباشد که محل تزریق آن قسمت بالایی بازو میباشد چون فصل ابتلا بیشتر اواخر پاییز است بهتر است که واکسیناسیون در اوائل پاییز باشد. در صورت وجود تب خفیف و بدن درد تا سه روز پس از تزریق واکسن آنفولانزا طبیعی می باشد.

تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۲۸

کد: MH.BR.PE.INM.۱۶۷

واحد آموزش به بیمار