

افرادى كه در معرض آنفلوآنزا هستند

بیماری‌هایی چون قلبی، ریوی، کلیوی، دیابت، آسم، بارداری و کهنسالی امکان مبتلا شدن افراد به آنفلوآنزا را افزایش می‌دهند. همچنین کودکان به علت سیستم دفاعی ضعیف بیشتر به این بیماری مبتلا می‌شوند. چون این ویروس از طریق تنفسی انتقال می‌یابد در مکان‌های عمومی امکان انتقال آن بیشتر است. آلودگی از انسان به انسان است نه از پرندگان به انسان یا از تخم مرغ به انسان. در مورد آنفلوآنزای پرندگان باید از تماس نزدیک با پرندگان و فضولات آنها خودداری کرد- از ذبح پرندگان در منزل خودداری کرد- گوشت و تخم پرندگان را به طوری کامل پخت- دستها را بعد از تماس با پرندگان به طوری کافی با آب و صابون شست.

پیشگیری و درمان

۱- مراجعه به پزشک در صورت شدید بودن علائم ۲- استراحت در منزل ۳- پوشاندن دهان و بینی با دستمال کاغذی به هنگام عطسه و سرفه و انداختن دستمال کاغذی در ظرف آشغال در بسته ۴- شستشوی مکرر دستها با آب و صابون به مدت ۲۰ تا ۳۰ ثانیه خصوصاً بعد از سرفه و عطسه ۵- خودداری از تماس دستهای آلوده با چشم و دهان و بینی ۶- پرهیز از تماس نزدیک (کمتر از یک متر) با افراد بیمار و بوسیدن و دست دادن و در آغوش گرفتن ۷- خودداری از مسافرت بی مورد به مناطق آلوده و عدم حضور در اجتماعات در صورت ابتلا به بیماری زیرا ویروس از یک روز قبل از شروع علائم تا ۷ روز بعد از شروع علائم قابلیت انتقال دارد.

آموزش مردمی پیشگیری، کنترل و درمان آنفلوآنزا

دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

تهیه کننده: واحد آموزش مرکز آموزشی درمانی امام رضا (ع)

(لرستان)



علل شیوع بیماری

این ویروس‌ها معمولاً از طریق هوا یا عطسه گسترش می‌یابند و باور بر این است که این روش انتقال در فواصل نسبتاً کوتاه رخ می‌دهد. همچنین توسط تماس با سطوح آلوده به ویروس و سپس تماس دست با چشم یا دهان نیز ممکن است منتقل شود. همچنین فرد پیشی یا در طی مدت زمانی که بیمار است می‌تواند سبب آلوده شدن دیگران شود.

علائم بیماری

می‌تواند خفیف یا شدید باشد. تب و لرز، سردرد، دردهای عضلانی از جمله کمر درد، خستگی، سرفه (که ممکن است با خلط همراه باشد)، گلودرد، ایجاد زخم‌هایی داخل دهان – بینی – روی سطح پوست، خشونت صدا، (استفراغ و حالت تهوع) که دلیل آن سندروم ری است. گلودرد خارش بدن کوفتگی از علائم شایع بیماری هستند. این علائم معمولاً دو روز پس از مواجهه با ویروس بروز می‌کنند و معمولاً کمتر از یک هفته باقی می‌مانند. با این حال سرفه کردن ممکن است بیش از دو هفته مشاهده شود. آنفلوآنزا در تمام سنین به غیر از دوران شیرخوارگی دیده می‌شود. حالت تهوع و استفراغ ممکن است در کودکان مشاهده شود اما در بزرگسالان متداول نیستند. شیوع ناگهانی انواع مختلف آنفلوآنزا تقریباً هر زمستان رخ می‌دهد و شدت آن‌ها متفاوت است. علائم مشابه سرماخوردگی به همراه درد عضلانی و بی حالی در حدی که بیمار توان بیرون آمدن از تخت را ندارد از علائم تفریق آنفلوآنزا از دیگر بیماری‌های تنفسی عفونی است.

آنفلوآنزا

یک بیماری حاد تنفسی به علت ویروس شایع در فصول سرد سال است.

اهمیت آنفلوآنزا:

سرعت انتشار – کثرت مبتلایان – قابلیت ایجاد همه گیری – احتمال بروز حادثه مرگ و میر در گروه‌های پرخطر بیشتر است.

انواع آنفلوآنزا: آنفلوآنزای فصلی – آنفلوآنزای

پاندمیک (جهانگیری) – آنفلوآنزای پرندگان در آنفلوآنزای فصلی انتقال از انسان به انسان است که عارضه خاصی ندارد و بهبودی حاصل می‌شود. در آنفلوآنزای پاندمیک درصد بالای مرگ و میر وجود دارد و واکنش وجود دارد. در آنفلوآنزای پرندگان که به طور معمول در بین پرندگان اتفاق می‌افتد و می‌تواند از پرنده به انسان منتقل شود. ابتلای انسان به این بیماری بسیار خطرناک است و باعث مرگ و میر می‌شود و واکنشی جهت آن وجود ندارد. سه علامت اصلی بیماری تب و گلودرد و سرفه است.

