آنفلوانزا

بیماری آنفلوانزا یک بیماری عفونی حاد می باشد که با

شدت بیشتر در پاییز و زمستان دیده می شود.

علائم در آنفلوانزا

نشانه ها شامل:

- تب
- سرفه
- گلو درد
- آبریزش بینی
- بدن درد
- سردرد
- لرز
- خستگی
- تهوع

- اسهال
- استفراغ
- کوتاه شدن تنفس (درفعالیت یا استراحت)
- مشکل در تنفس
- خلط رنگی یا خونی
- کاهش فشارخون

روش های انتقال آنفلونزای فصلی انسانی

✓ آنفلوانزا می تواند در تماس نزدیک انتقال یابد.

✓ آنفلوانزا ازطریق تنفس ذرات معلق در هوا در نزدیکی فرد مبتلا و یا از طریق تماس با دست و یا ترشحات ، انتقال می یابد.

✓ آنفلوانزا از طریق هوا در مسافت های طولانی تر، مثلا از یک اتاق به اتاق دیگر، منتقل نمی شود.

افرادی که بیشتردرمعرض خطرابتلا به آنفلوانزا هستند:

افراد 65 سال یا مسن تر

زنان باردار

افر اد با بیماری مزمن

پیشگیری ومراقبت در زمان شیوع آنفلوانزا

- در صورت شیوع آنفلوانزا در اماکن عمومی قرار نگیرید.
- در زمانهای شیوع بیماری از بردن اطفال به بیمارستان یا ملاقات با افراد مبتلا خودداری کنید.
- در صورت ملاقات با افراد مبتلا، از دست دادن و روبوسی کردن با آنها خودداری نمایید.
- در مواجهه و صحبت با سایر افراد فاصله حداقل1متر را رعایت نمایید.
- در صورت ابتلا به آنفلوانزا برای پیشگیری از آلودگی دیگران، جلوی دهان و بینی خود را با ماسک یا دستمال کاغذی بپوشانید.

- پس از رفتن به منـزل، قبـل از انجـام هـر کـاری دستهای خود را با آب و صابون بشوئید.
- در صورت بروز آنفلوآنزا، مراجعه به پزشک، استفاده ازمایعات گرم و استراحت، ازمهمترین راهکارهـای درمان است.
- یکی از راههای مـوثر در پیشـگیری از آلـودگی و گسترش بیماری، استفاده از واکسن آنفلوانزا مـی باشد.

بهتر است واکسن آنفلوانزا هرسال تزریق شود زیرا:

مدت محافظت واکسن نامشخص بـوده و ممکـن اسـت در گروههایی که در معرض خطر بیشترهسـتند از قبیـل افـراد مسن و بیماران دارای نقص ایمنی، این مدت کوتاهتر باشـد بنابراین لازم است سالیانه تزریق شود.

تغییرات ویروسها باعث میشود که محافظـت واکسیناسـیون اولیه از فصلی به فصل دیگـر نـامطمئن باشـد. لـذا تزریـق سالیانه واکسن در این موارد نیز اکیدا توصیه می شود.

منبع: دستورالعمل اجرایی مراقبت آنفلوانزا و شبه آنفلوانزا
وزارت بهداشت و درمان وآموزش پزشکی-مرکز مدیریت بیماریهای واگیر
موازین کنترل عفونت در مراقبت بیماری تنفسی ناشی از آنفلوانزای فصلی انسانی -دفتر مدیریت بیمارستانی و تعالی خدمات بالینی

تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی و درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا



پیشگیری و مراقبت در آنفلوانزا