



انفولانزا

فربیا اعتمادیان

کارشناس پرستاری

تاریخ تدوین: بهار 1403

تاریخ بازنگری: 1407

توصیه های بهداشتی به هنگام ابتلا به بیماری :

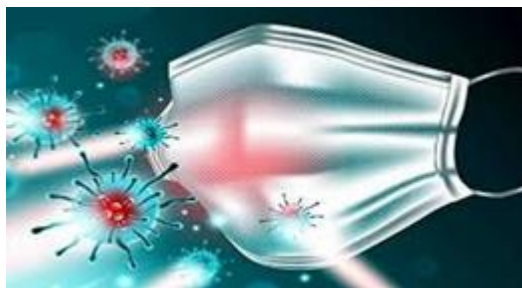
پوشاندن دهان هنگام سرفه یا عطسه

شست و شوی دست ها با آب و صابون بعد از
سرفه و عطسه و دست زدن به دهان و بینی

استراحت در منزل و دوری از تماس با دیگران

نوشیدن مایعات گرم

رعایت دستورات پزشک



علائم هشداردهنده آنفلوآنزا چه هستند؟

افرادی که این علائم هشداردهنده را تجربه می کنند، باید فوراً به مراکز درمانی مراجعه کنند.

علائم هشدار دهنده در کودکان شامل

مشکل تنفسی یا تنفس تند، لب یا صورت کبود،
درد سینه، درد شدید عضلات (کودک قادر به راه رفتن نیست)، کم آبی (ادرار نکردن به مدت 8 ساعت، خشکی دهان، گریه بدون اشک)، کودک در بیداری هیچ واکنش یا تعاملی را نشان نمی دهد، حمله، تب بالاتر از 104 درجه فارنهایت، تب یا سرفه بهبود می یابد اما دوباره عود کرده یا بدتر می شود بدتر شدن بیماری های مزمن است.

علائم هشدار دهنده در بزرگسالان :

مشکل تنفسی یا تنفس تند، درد یا فشار دایمی در قسمت سینه یا شکم، سرگیجه دایمی، گیجی و عدم تحریک پذیری، حمله صرع، ادرار نکردن، درد شدید عضلات، ضعف شدید یا بی حالی، تب یا سرفه که بهبود می یابد اما دوباره عود کرده و یا بدتر می شود، بدتر شدن بیماری های مزمن است.

آنفلونزا چیست ؟

یک بیماری شدید تنفسی است که عامل آن ویروس آنفلونزا می باشد. آنفلونزا در تمامی طول سال رخ می دهد اما معمولاً بیشترین زمان فعالیت آن در ماه های سرد سال و اوج آن نیز در زمستان می باشد.

راههای انتقال ویروس آنفلونزا

آنفلونزا از طریق سرفه، عطسه، روبوسی، دست دادن و تماس با ترشحات حلق و بینی از فرد آلوده به فرد سالم منتقل می شود.



افراد در معرض خطر:

هرکس می تواند به آنفلونزا مبتلا شود و این موضوع ربطی به شرایط و یا سن و سال او ندارد اما به طور کلی:

زنان باردار در هر مرحله ای از بارداری
کودکان کوچکتر از پنج سال
افراد بالای ۶۵ سال
افراد دارای مشکلات زمینه ای مانند HIV، ایدز،
آسم، بیماری های قلبی-ریوی و دیابت
افرادی که در مواجهه بیشتری با ویروس آنفلونزا
هستند؛ مانند کادر بهداشت و درمان بیشتر از
سایرین در معرض ابتلا به این ویروس می باشند.

نشانه های بیماری

تب بالای 38 درجه

سررد

درد عضلات

خستگی و کوفتگی شدید

آبریزش بینی

اشک ریزش

سرفه

گلو درد

عطسه

نکاتی در مورد واکسن آنفلونزا:

واکسیناسیون بر علیه آنفلونزا از عوارض شدید و مرگ آور بیماری جلوگیری می کند .

اولویت واکسیناسیون آنفلونزا در کسانی است که در معرض خطر بیشتر ابتلا و مرگ و میر بیماری آنفلونزا هستند.

به دلیل تغییرات مداوم ویروس، الزام است هر ساله واکسن آنفلونزا تکرار شود.

واکسن آنفلونزا از ابتلا به سرما خوردگی جلوگیری نمی کند .

در صورت دریافت واکسن آنفلونزا احتمال ابتلا به شکل خفیف بیماری وجود دارد

