

بیمارستان فوق تخصصی آپادانا



آنفولانزا



« دفتر بهبود کیفیت و اعتباربخشی »

A.PAM.EM.04

## با آرزوی سلامتی برای کلیه بیماران



پیشگیری:

با تزریق واکسن به صورت هر ساله، می توان از ابتلا به آنفولانزا پیشگیری کرد.

بسیاری از افراد می توانند به این طریق از ابتلا به آنفولانزا در امان باشند. واکسیناسیون در این افراد توصیه می شود:

کودکان ۶ ماه تا ۲ سال

افراد بالای ۵۰ سال

افراد مبتلا به آسم، بیماری مزمن قلبی و ریوی، یا اختلال سیستم ایمنی بدن

زنان باردار در فصل شیوع بیماری

تماس نزدیک فرد با بیمار مبتلا به آنفولانزا مانند اعضای خانواده یا کارکنان مراکز درمانی

فرمی از واکسن حاوی ویروس زنده نیز وجود دارد که به صورت اسپری بینی در کودکان سالم و افراد بین ۵ تا ۴۹ سال می تواند استفاده شود. زنان باردار و افراد مبتلا به اختلال سیستم ایمنی بدن نباید از این نوع واکسن استفاده کنند.

## آنفولانزا چیست؟

آنفولانزا یک عفونت ویروسی است که بینی، گلو و ریه را درگیر می‌کند. علائم این بیماری شامل تب، درد بدن، سردرد، خستگی، بی‌اشتهایی، سرفه‌ی خشک، احساس خشکی یا زخم در گلو می‌باشد که به صورت ناگهانی ایجاد می‌شوند. آنفولانزا با سرماخوردگی متفاوت است و علائم شدیدتری دارد. بیشتر افراد بدون عارضه خوب می‌شوند اما برخی اوقات عفونت باکتریایی هم به آن اضافه می‌شود مانند عفونت گوش، فونت سینوسها، و یا التهاب مجاری هوایی (برونشیت).

مراقبت خوب در منزل می‌تواند از ایجاد این عوارض جلوگیری کند. عفونت ریه‌ها عارضه‌ی خطرناکتری است که ممکن است در برخی افراد ایجاد شود. کودکان زیر ۲ سال، افراد بالای ۶۵ سال و افرادی که بیماری جدی دارند بیشتر دچار این وارض شده و ممکن است در بیمارستان بستری گردند.

## عامل ایجاد کننده آنفولانزا چیست؟

آنفولانزا یک بیماری ویروسی است. ویروسهای آنفولانزای (آ) و (ب) بیماری را ایجاد می‌کنند. ویروس نوع (آ) معمولاً عامل ایجاد کننده‌ی شیوع سالیانه‌ی آنفولانزا است. این ویروسها مدام در حال تغییر خود هستند و انواع جدیدی ایجاد می‌کنند که خصوصیات متفاوتی دارد. به همین دلیل ساختمان ویروس از سالی به سال دیگر تغییر می‌کند و واکسنها و حتی داروها برای اثر بخشی باید تغییر کنند.

## علائم بیماری چیست؟

از مواجهه با ویروس تا ایجاد علائم یک تا چهار روز طول می‌کشد. ابتدا خشکی گلو، آبریزش بینی و احساس زخم در گلو ایجاد می‌شوند و سه تا چهار روز بعد علائمی مانند تب، سرفه، درد بدن، سردرد، و خستگی ایجاد می‌شوند.

در آنفولانزا تهوع و استفراغ یا اسهال دیده نمی‌شود. زمان شیوع بیماری اواخر پاییز و اوایل زمستان است.

## آنفولانزا چگونه تشخیص داده می‌شود؟

پزشکان بیماری را از روی علائم آن تشخیص می‌دهند. با این وجود آزمایشهایی جهت کمک به تشخیص وجود دارند.

## درمان آنفولانزا :

داروهای ضد ویروسی برای کاهش شدت و طول مدت علائم وجود دارند اما درمانهای خانگی می‌توانند موثر باشد. بیشتر افراد بدون مصرف دارو خوب می‌شوند. مصرف مایعات، استراحت، و بخور برای مرطوب کردن مجاری تنفسی کمک کننده است.

از پزشک خود درخواست تجویز آنتی بیوتیک نکنید چون آنتی بیوتیک تنها بر عفونت باکتریایی تاثیر دارد. مصرف بیش از حد مکملها و ویتامینها نیز تاثیری بر شدت و طول دوره‌ی بیماری ندارد.

- داروهای ضد ویروسی نیز وجود دارند که بیشتر در سالمندان و کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند و در معرض خطر عوارض هستند به کار می‌رود. درمان دارویی باید در دو روز اول آغاز علائم بیماری شروع شود و گرنه تاثیر زیادی نخواهد داشت. داروها در مقابل همه‌ی انواع ایجاد کننده‌ی آنفولانزا موثر نیستند.