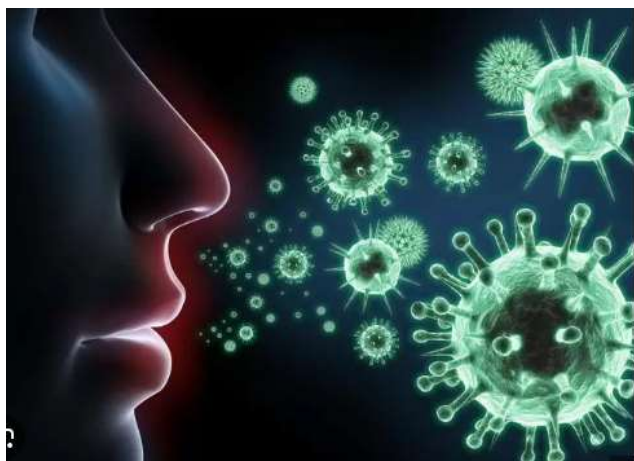




بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

آنفولانزا چیست و چگونه پیشگیری کنیم؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش اورژانس

تدوین: خرداد ۱۴۰۳

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T۱۹-AC-۰۱



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت
های منزل با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی
بخش مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: برونر سودارث اورژانس ۲۰۲۲

آنفولانزا چگونه تشخیص داده می شود؟

بررسی آنتی ژن ویروس در ترشحات تنفسی بهترین تکنیک تشخیصی می باشد که با انجام نمونه برداری با سوآپ بینی، سوآپ گلو و تست های سرولوژی صورت می پذیرد.

آیا آنفولانزا واکسن دارد؟

به دلیل اینکه ویروس آنفولانزا به سرعت تغییر شکل پیدا می کند، واکسن آنفولانزا به صورت سالانه با توجه به نمونه های غالب شناخته شده آنفولانزای همان سال تهیه و تولید می شود. دو نوع واکسن شامل ویروس های غیرفعال (به شکل تزریقی) و ویروس های زنده ضعیف شده به شکل اسپری جهت استفاده از طریق بینی هم اکنون در دسترس می باشد. بهترین زمان تزریق واکسن اواخر شهریور تا اواسط مهر است.

چگونه از انتشار و گسترش آنفولانزا پیشگیری کنیم؟

- ❖ هنگام عطسه و سرفه دهان و بینی خود را بپوشانید
- ❖ هنگام بیماری از دست زدن به چشم و بینی خودداری کنید
- ❖ هنگام بیماری از حضور در اماکن شلوغ خودداری کنید
- ❖ به طور مکرر دستان خود را بشویید
- ❖ هنگام بیماری از دست دادن و روبوسی دیگران خودداری کنید در هنگام بیماری به اندازه کافی استراحت کنید و تغذیه مناسب و مایعات کافی میل کنید.
- ❖ گوشت ماکیان و تخم مرغ را کاملاً پخته شده مصرف کنید.
- ❖ از نگهداری ماکیان و سایر پرندگان در اتاقهای داخل خانه خودداری کنید.
- ❖ واکسیناسیون در افراد در معرض خطر
- ❖ هرگونه بیماری و تلفات در ماکیان و سایر پرندگان را به مراکز دامپزشکی و یا مرکز بهداشت اطلاع رسانی نمایید.

آنفلانزا چیست؟

آنفلانزا یک بیماری ویروسی حاد تنفسی است که با علائم تب، سردرد، درد عضلانی، تعریق، آبریزش بینی، گلودرد و سرفه همراه است. سرفه اغلب شدید و برای مدتی طولانی ادامه می یابد ولی سایر علائم بیماری بعد از ۲ تا ۷ روز خود به خود بهبود پیدا می کنند. آنفلانزا در افراد مختلف ممکن است از سایر بیماریهای ویروسی دستگاه تنفس قابل تشخیص نباشد. اشکال مختلفی از بیماری با ویروس های متفاوت وجود دارد. در برخی از انواع آنفلانزا مشکلات گوارشی (تهوع، استفراغ و اسهال) نیز ممکن است دیده شود. در کودکان علائم گوارشی علامت برجسته می باشد.

اهمیت آنفلانزا در سرعت انتشار همه گیری ها، وسعت و تعداد مبتلایان و شدت عوارض آن، به خصوص عفونت ریه (پنومونی) باکتریایی و ویروسی می باشد. همه گیری آنفلانزا در مناطق معتدل بیشتر در زمستان و در نواحی گرمسیری در ماههای بارانی سال اتفاق می افتد. البته این روند در همه گیری ها ثابت نیست و ممکن است تک گیری و یا همه گیری در مکانی بدون ارتباط با فصل رخ دهد. انواع مختلفی از ویروس آنفلانزا در خوک و انسان، پرندگان وحشی و اهلی، اردک و بوقلمون نیز گزارش شده است.

عامل عفونت آنفلانزا: نوعی ویروس است که دارای سه نوع A و B و C می باشد و نوع A دارای زیر گونه هایی است که همه گیری و جهان گیری ایجاد می کند.

روش انتقال ویروس آنفلانزا:

مهم ترین روش انتقال ویروس در محیط های بسته پر جمعیت مثل اتوبوس از طریق هوا است. از آنجا که ویروس آنفلانزا ممکن است ساعت ها در شرایط سرد و رطوبت کم در محیط زنده بماند انتقال ویروس از طریق ترشحات آلوده نیز می تواند صورت گیرد.

دوره پنهان (کمون) بیماری:

دوره بدون علامت بیماری، کوتاه بوده و معمولاً بین ۱ تا ۳ روز است. دفع ویروس احتمالاً در بالغین بین ۳ تا ۵ روز بعد از بروز علائم بیماری است و در کودکان تا ۷ روز بعد از بروز علائم قابل انتقال به دیگران می باشد.

علائم بالینی آنفلانزا:

آنفلانزا بدون عارضه: به طور مشخص با حمله ناگهانی علائم بعد از یک دوره پنهان ۱ تا ۳ روزه شروع می شود. بسیاری از بیماران می توانند زمان شروع علائم را ذکر کنند. علائم عمومی غالب بوده و شامل:

- ✓ تب و لرز
- ✓ سردرد
- ✓ درد عضلانی
- ✓ بی حالی
- ✓ بی اشتها

معمولاً درد عضلانی یا سردرد بیشترین علامت مشکل ساز است. شدت آن مرتبط با اوج تب است. درد عضلانی ممکن است در اندام ها و یا عضلات ناحیه پشت دیده شود. در کودکان علائم گوارشی (اسهال، تهوع، استفراغ) می تواند تنها علامت بیماری باشد و درد عضلات ساق پا ممکن است به طور واضحی وجود

داشته باشد. درد مفاصل به طور شایع دیده می شود علائم چشمی دیگر شامل اشک ریزش و سوزش چشم است. علائم عمومی معمولاً به مدت سه روز باقی می ماند.

علائم تنفسی شامل سرفه خشک، درد شدید گلو، انسداد و ترشح بینی است. این علائم به طور معمول در شروع بیماری وجود دارند اما تحت تاثیر علائم عمومی پوشانده می شوند. همچنین خشونت صدا و خشکی و ناراحتی گلو ممکن است وجود داشته باشد اما این علائم وقتی که علائم عمومی کم رنگ می شوند ظاهر شده و ۳ تا ۴ روز بعد از فروکش کردن تب باقی می ماند. سرفه اکثراً وجود داشته و سخت ترین علامت است و ممکن است همراه با ناراحتی یا سوزش زیر جناق سینه باشد. بالغین مسن ممکن است فقط تب بالا، سستی و گیجی بدون شکایت تنفسی مشخص داشته باشند.

تب علامت مهمی است، تب معمولاً به سرعت ۳۷/۸ تا ۴۰ درجه سانتی گراد بالا رفته و اغلب در شروع بیماری به ۴۱ درجه سانتی گراد هم می رسد و همراه با افزایش دیگر علائم عمومی است.

