



آنفلوانزا

گروه هدف: والدین



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تأیید: جناب آقای دکتر حلیمی (متخصص اطفال)

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

توصیه های عمومی

- ❖ شست و شوی دست ها با آب و صابون بعد از تماس با بیمار.
- ❖ خودداری از تماس با ترشحات پرندگان آلوده (از جمله ماکیان آلوده) و وسایل آلوده به آن.
- ❖ ویروس آنفلونزای پرندگان به وسیله گرما از بین می رود بنابراین غذاهای به دست آمده از ماکیان نظیر گوشت و تخم مرغ بایستی کاملاً پخته شوند.
- ❖ شست و شوی دست ها با آب و صابون یکی از مهمترین راه های پیشگیری از آنفلونزا می باشد.



منبع: پرونر و سوارث ۲۰۲۲

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



چه کسانی بیشتر در معرض خطر هستند؟

- افراد بالای ۶۰ سال
- بیماران مبتلا به بیماری های مزمن ریوی و قلبی، کلیوی، دیابتی
- بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی
- کودکان زیر ۲ سال
- افراد زیر ۱۸ سال که به مدت طولانی تحت درمان با آسپرین هستند
- زنان باردار
- پرسنل و کادر درمانی و افرادی که در مراکز نگه داری سالمندان کار می کنند.

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، لازم 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.

آنفلونزا چیست ؟

یک بیماری شدید تنفسی است که عامل آن ویروس آنفلونزا می باشد.

اهمیت بیماری

ویروس آنفلونزا قابلیت همه گیری جهانی داشته و سرعت انتشار بسیار بالایی دارد بطور مثال همه گیری آنفلونزا در سال ۱۹۱۸ باعث مرگ ۲۰ تا ۴۰ میلیون انسان در سراسر جهان شده است.

راههای انتقال

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

نشانه های بیماری

- ✚ تب بالای ۳۸ درجه
- ✚ سردرد
- ✚ درد عضلات
- ✚ خستگی و کوفتگی شدید
- ✚ آبریزش بینی
- ✚ اشک ریزش
- ✚ سرفه
- ✚ گلو درد
- ✚ عطسه



آنفلونزا پرنندگان

آنفلونزا پرنندگان شایعترین نوع آن است و شیوع آن باعث صدمات سنگین اقتصادی می شود و در صورت ابتلا انسان به آن در ۵۰ تا ۸۰ درصد موارد کشنده است.

نشانه های آنفلونزا پرنندگان

مشابه آنفلونزای انسانی است ولی در صورت ابتلا انسان به این نوع، شدت علائم آن بیشتر بوده و مرگ و میر بسیار بالایی دارد.