

مقدمه:

آنفولانزا یا گریپ یک بیماری واگیردار است که توسط انواعی از ویروس‌ها ایجاد می‌شود. این نوع ویروس‌ها باعث ایجاد بیماری در پرندگان و پستانداران می‌شود. بر اثر آنفولانزا، عفونت حاد دستگاه تنفسی رخ میدهد که با سردرد ناگهانی، درد ماهیچه، تب و ضعف و بیحالی شدید نمایان میشود. این بیماری در موارد حاد به خصوص در خردسالان ممکن است باعث سینه‌پهلو شود. سه گونه ویروس آنفولانزا به نامهای A, B و C وجود دارد و در حالت معمولی دوره بیماری 3 تا 4 روز است. در افرادی که دچار **بیماری‌های قلبی، ریوی، کلیوی، دیابت و آسم** هستند و یا در **خانم‌های باردار** امکان ابتلا به آنفولانزا افزایش می‌یابد. همچنین کودکان و سالمندان به علت سیستم دفاعی ضعیف‌تر بیشتر به این بیماری مبتلا میشوند. چون این بیماری واگیردار است در مکان‌های عمومی امکان انتقال این بیماری زیاد است.

روش انتقال:

ویروس آنفولانزا از طریق عطسه در هوا جریان می‌یابد. همچنین توسط تماس دست با سطوح آلوده به

ویروس و سپس تماس دست با چشم یا دهان میتواند منتقل شود. فرد آلوده به آنفولانزا پیش یا در طی زمانی که بیمار است، میتواند سبب آلوده شدن دیگران شود.



علائم و عوارض:

علائم بیماری می‌تواند خفیف یا شدید باشد. تب، لرز، سردرد، دردهای عضلانی از جمله کمردرد و خستگی، سرفه که ممکن است با خلط همراه باشد، گلودرد، ایجاد زخم‌هایی داخل دهان، بینی و روی سطح پوست، خشونت صدا، استفراغ، گلودرد، خارش بدن و کوفتگی از علائم شایع بیماری هستند. این علائم معمولاً 2 روز پس از مواجهه با ویروس بروز و که معمولاً کمتر از یک هفته باقی می‌مانند. با این حال سرفه کردن ممکن است بیش از 2 هفته مشاهده شود. شیوع ناگهانی انواع مختلف این ویروس، تقریباً هر سال زمستان رخ میدهد که شدت آنها متفاوت است.

در جریان آنفولانزا، میکروب‌های دیگری میتوانند به بدن حمله کرده و سبب پیدایش عفونت‌های ثانویه به خصوص دستگاه تنفسی گردند و این بدان معناست که آنفولانزا مقاومت بدن را کم کرده و آن را برای دچار شدن به سایر بیماری‌های واگیر آماده می‌سازد.

به کار بردن ماسک، تهیه هوای اتاق بیماران و جداسازی سریع مبتلایان از افراد سالم، تاحدی مانع شیوع آنفولانزا می‌شود.

اگر بیماری سریع‌تر درمان نشود، دستگاه تنفسی و کبد را از کار می‌اندازد.

✓ **در صورت بروز علائم زیر باید سریعاً به مراکز**

درمانی مراجعه نمایید:

- * افزایش تب یا سرفه
- * وجود خون در خلط
- * درد گوش
- * تنگی نفس یا درد قفسه سینه
- * ترشحات غلیظ از بینی، سینوس‌ها و یا گوش‌ها
- * درد و یا سفتی گردن

راه‌های پیشگیری و درمان:

- 1 - شستن مکرر دست‌ها با آب و صابون
- 2 - استفاده از ماسک در مکان‌های عمومی
- 3 - استفاده از دستمال کاغذی هنگام سرفه و عطسه



آنفلانزا و باورهای رایج اشتباه درباره‌ی واکسن آنفلانزا



گروه هدف: بیماران، مراجعین و خانواده‌ها

تهیه و تنظیم:

سیما گل صنم لو - مسئول واحد کنترل عفونت

پاییز 1402

باورهای رایج اشتباه:

باور غلط 1: واکسن آنفلانزا عوارض جانبی شدیدی

دارد

✓ واکسن آنفلانزا ایمن است و در بیشتر افراد هیچ واکنشی جز تورم و قرمزی محل تزریق ایجاد نمیکند.

باور غلط 2: آنفلانزا یک بیماری ویروسی خفیف است و

خطرناک محسوب نمی‌شود.

✓ آنفلانزا بیماری ساده‌ای نیست جدیت بیماری در حدی است که هر ساله 250 الی 500 هزار نفر فرد بالغ در سراسر جهان در اثر این بیماری جان خود را از دست می‌دهند.

باور غلط 3: واکسن آنفلانزا سبب تضعیف سیستم ایمنی

می‌شود

✓ این واکسن نه تنها سیستم ایمنی را تضعیف نمی‌کند، بلکه آن را در مقابل ویروس آنفلانزا تقویت و بهبود می‌بخشد.

رفرانس:

- معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی

ایران-1402

- مرکز بیماریهای واگیر کشور-1402

4 - تزریق واکسن: از مهم‌ترین توصیه‌های پزشکان

در مورد پیشگیری از ابتلا به این ویروس‌ریال تزریق واکسن است. بسیاری از واکسن‌ها تاثیر دوره‌ای دارند زیرا این ویروس بسرعت در حال تکامل است، به همین دلیل هر سال نیاز به تزریق واکسن جدید است.

اولویت تزریق واکسن:

بیماران دیالیزی و پیوند کلیه، بیماران تالاسمی ماژور، بیماران کبدی شامل سیروز و پیوند کبد، بیماران سرطانی که تحت شیمی‌درمانی یا رادیوتراپی قرار دارند و پرسنل بهداشتی درمانی. افراد دارای نقص سیستم ایمنی، افراد بالای 65 سال که بیماری‌های زمینه‌ای مانند آسم، فشارخون بالا، دیابت، مشکلات ریوی و کبدی، نارسایی کلیوی و کم‌خونی دارند، توصیه می‌شود.

ممنوعیت تزریق واکسن:

- ✓ سابقه واکنش آلرژیک به مواد موجود در واکسن مثل تخم مرغ، فرمالدهید، جنتامایسین.
- ✓ کسانی که در زمان مراجعه برای تزریق، تب یا عفونت حاد دارند
- ✓ سابقه بیماری گیلن باره
- ✓ شیرخواران زیر شش ماه