



# آنفلانزا همه گیر

ویژه پرستاران و کادر درمان

۱۳۹۷

بخش آموزش بیمارستان شهید دکتر فقیهی

منبع: توصیه های سازمان بهداشت جهانی

تایید مسوول علمی بخش

تایید کمیته آموزش به بیمار



آنفلانزا یک بیماری مسری تنفسی است که در طول ماه های زمستان باعث درگیر شدن مجاری تنفسی و ریه ها می شود . ویروس آنفلانزا عامل ایجاد بیماری به صورت ففیف ، شدید و یا متی مرگ در افراد در معرض فطر مانند زنان باردار، کودکان زیر دو سال افراد مسن بالای ۶۵ سال و افراد با سیستم ایمنی ضعیف و یا دارای بیماری های زمینیه ای ( دیابت – بیماری های کلیوی و کبدی و ... ) است

## انواع ویروس آنفلانزا

ویروس های آنفلانزا به سه نوع A ، B ، C طبقه بندی می شوند . دو نوع A و B می توانند باعث همه گیری شوند اما نوع C تنها به صورت یک بیماری ففیف نمود پیدا می کند . وقتی ویروس آنفلانزای میزبان طبیعی فود را آلوده کند با نام همان میزبان نامگذاری می شود .

## علائم و نشانه های بیماری

تب، سرفه و یا تنگی نفس، گلودرد، درد عضلانی، فستگی و ضعف، لرز، آبریزش بینی، عطسه و از دست دادن اشتها از نشانه های بیماری است که به صورت ناگهانی شروع می شود . در برفی افراد علائمی مثل اسهال و استفراغ، عفونت سینوس، برونشیت و ذات الریه نیز دیده می شود .



## تشخیص

تشخیص نوع آنفلانزا به صورت تفصیلی در آزمایشگاه انجام می شود نمونه گیری از ته ملق و ارسال آن به آزمایشگاه، نوع آنفلانزا را مشخص کرده و به درمان قطعی کمک می کند.

بهترین روش برای شستن دست ها مطابق شکل زیر است

:

## درمان

پس از شروع علائم آنفولانزا درمان تحت نظر پزشک متخصص مخصوصاً در گروه های پرخطر ضروری است. در اکثر موارد آنفولانزا نیاز به درمان اختصاصی ندارد و استفاده از ماسک ساده و استراحت کافی است. در صورت نیاز دارو توسط پزشک متخصص تجویز می گردد.

آگاهی از راه های انتقال ویروس و اطلاع رسانی به دیگران می تواند قدمی موثر در کنترل آنفولانزا در زمان همه گیری آن شود.

سالانه یک اقدام احتیاطی موثر است و واکسن میتواند مفاظت نسبتاً بالایی را در افراد سالم به وجود آورده و باعث کاهش نگرانی در افراد در معرض خطر شود. در هنگام تماس با بیمار در محیط های بیمارستانی بایستی از وسایل مفاظت فردی و ماسک استفاده شود.

## چطور دست ها را بشوئیم؟



## پیشگیری

شستن صحیح دست ها و کنترل سرفه و عطسه به وسیله دستمال کاغذی و دفع صحیح آن بعد از هر بار استفاده تا مدود زیادی به جلوگیری از گسترش آنفولانزا کمک می کند. استفاده از یک ضد عفونی کننده دست یک اقدام فوب در فصل آنفولانزا است. تزریق واکسن آنفولانزا به صورت

**دست ها نقش مهمی در گسترش بیماری های تنفسی دارند!**

علاوه بر مراعات آداب سرفه کردن و بهداشت دست ها برای جلوگیری از ابتلا به آنفولانزا و سایر بیماری های تنفسی سعی کنید:

- ✓ از افرادی که بیماری تنفسی دارند حداقل یک متر فاصله بگیرید.
- ✓ در اماکنی که شلوغ و پرجمعیت است مانند مراسم حج اگر در نزدیکی شما فرد بیماری که سرفه می نماید قرار دارد، استفاده از ماسک توصیه می شود.

www.behdasht.gov.ir