

آنفلوآنزا

آنفلوآنزای فصلی یک بیماری عفونی و ویروسی است که باعث عفونب دستگاه تنفسی (شامل بینی ، حلق ، برونشیت و گاهی ریه ها) می شود. با شروع فصل پائیز فعالیت ویروس آنفلوآنزا شروع می شود. این بیماری شایعترین بیماری تنفسی نیمه دوم سال می باشد.

علائم

آنفلوآنزا یا سرماخوردگی

- سردرد واضح
- تب بالا
- تب برای 4-3 روز
- درد بدنی متوسط تا زیاد
- خستگی و ضعف برای 4-3 هفته
- سرفه های شدید
- ناراحتی و درد در سینه

سرماخوردگی یا آنفلوآنزا

- سردرد خفیف یا ندارد
- تب خفیف یا ندارد
- درد خفیف بدن
- عطسه
- آبریزش بینی
- گلو درد
- سرفه های خفیف تا متوسط

درمان:

- استراحت
- مایعات
- بخور
- دستمال کاغذی!

درمان:

- استراحت
- مایعات و سوپ!
- نسخه پزشک!



راه های ابتلا:

سرایت بیماری از فرد مبتلا و از طریق قطرات ریز تنفسی هنگام سرفه و عطسه

گروه های در معرض خطر:

سالمندان بالای ۶۰ سال

کودکان ۶ ماه تا ۵ سال

کودکان و نوجوانان زیر ۱۸ سال که تحت درمان با آسپرین هستند

مصرف کنندگان داروی کورتون به مدت طولانی

خانم های باردار

بیماران مبتلا به سرطان، دیابت ، فشار خون ، بیماری قلبی ، ریوی ، کلیوی و...

درمان:

لازم است ضمن مصرف داروهای تجویزی پزشک معالج که معمولا

تب بر، مسکن ، آنتی هیستامین ، ویتامین C می باشد ، جهت

بهبودی سریعتر تا رفع تب از محال کار یا مدرسه مرخصی گرفته

و در منزل استراحت و از غذاهای خانگی ، مقوی و بدون ادویه

همراه با میوه و سبزیجات مصرف کنید.

برای جلوگیری از شیوع بیماری ، هنگام سرفه و عطسه از ماسک استفاده کنید.

در صورت نداشتن ماسک و دستمال با آرنج جلوی دهان خود را بگیرید.

از حضور در محل های پرجمعیت خودداری کنید.

از دست دادن و تماس های نزدیک تر از یک متر با فرد بیمار خودداری کنید.

از مسافرت های بی مورد به خصوص شهر های با آلودگی هوای بالا پرهیز کنید.

قبل از تماس دست ها با صورت و دهان و بینی و قبل از غذا

خوردن ، حتما دست ها را با آب و صابون به مدت ۳۰ تا ۶۰ ثانیه بشوئید.



بیمارستان حضرت محمد رسول الله (ص) مبارکه

آنفلوآنزا

برای پیشگیری از شیوع بیماری های حادثنفسی

<p>بطور مکرر دست های مان را بشوییم.</p>	<p>هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را بپوشانیم.</p>
<p>هنگام بیماری از دست دادن و روبوسی با دیگران خودداری نماییم.</p>	<p>هنگام بیماری از دست زدن به چشم ها و بینی خودداری کنیم.</p>
<p>از رها کردن دستمال کاغذی های مصرف شده در محیط خودداری کنیم.</p>	<p>هنگام بیماری از حضور در اماکن عمومی خودداری کنیم.</p>



باورهای غلط در رابطه با بیماری آنفلوآنزا

- مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک: با شروع بیماری سرخود آنتی بیوتیک مصرف نکنید
- مصرف خودسرانه آمپول دگزا متازون و سایر کورتون ها: دگزامتازون در درمان بیماری جایگاهی نداشته و حتی باعث پیشرفت بیماری می شود مگر در شرایط خاص در بیماران بستری
- تزریق نکردن واکسن آنفلوآنزا: واکسن آنفلوآنزا هر سال مخصوص همان سال تهیه می گردد. تزریق واکسن بدون عارضه بوده و مفید می باشد.

گروه هدف: بیماران

تهیه و تنظیم: خانم شمس (کارشناس پرستاری)

واحد آموزش همگانی: تلفن ۵۲۶۷۲۲۲۲ داخلی ۳۱۴

کد محتوا: B۹۸۶

سایت اینترنتی بیمارستان: www.mrhos.mui.ac.ir

منبع: دستورالعمل آنفلوآنزا - سایت آوای سلامت

مشاور علمی: دکتر محمود ناطقی

(متخصص داخلی)