

آنفولانزا یک بیماری ناشی از ویروس های آنفولانزا می باشد که باعث آلودگی دستگاه تنفسی بسیاری از حیوانات، پرندگان و انسان میگردد. آنفولانزای انسانی بیماری به شدت واگیر می باشد و معمولاً بوسیله سرفه عطسه یک فرد بیمار منتشر میگردد. این بیماری با بیماری سرماخوردگی متفاوت است. چهار نوع ویروس آنفولانزا تا کنون شناسایی گردیده است A-B-C-D

به طور کلی آنفولانزا با میزان تخمینی سالیانه 5-10 درصد در بالغین و 20-30 درصد در کودکان رخ میدهد. در حال حاضر موثر ترین راه پیشگیری از بیماری و دفع کردن شدت بیماری انجام واکسیناسیون و رعایت بهداشت فردی و اجتماعی میباشد. حدود 16 زیرگونه از ویروس آنفولانزا قادر به ایجاد بیماری در پرندگان بوده و لذا پرندگان به عنوان مخازن این ویروس به حساب می آیند.

لازم به تاکید است که تماس مستقیم و غیر مستقیم پرندگان اهلی با پرندگان مهاجر آبی، یکی از علل شایع وقوع همه گیری آنفولانزا در بین پرندگان اهلی به حساب می آید.

ویروس آنفولانزا در عرض سه ساعت در دمای 56 درجه سانتی گراد یا نیم ساعت در دمای 60 درجه سانتی گراد و هم چنین در تماس با ماده ضد عفونی کننده رایج نظیر فرمالین و ید از بین خواهد رفت.

روش انتقال بیماری

ویروس را قبل از شروع علائم بیماری در ترشحات دستگاه تنفسی فرد آلوده میتوان شناسایی کرد. به طور معمول ویروس بعد از 5 الی 10 روز در ترشحات ویروسی فرد آلوده قابل گزارش نیست. مهم ترین راه انتقال عفونت در محیط بسته پر جمعیت مثل اتوبوس یا خوابگاه از طریق هوا می باشد. از آنجا که ویروس آنفولانزا ممکن است ساعت ها در شرایط سرد و رطوبت کم در محیط زنده بماند؛ انتقال ویروس از طریق ترشحات آلوده نیز ممکن است صورت بگیرد. دوره کمون بیماری کوتاه است و معمولاً بین یک تا سه روز میباشد. دفع ویروس در بالغین 3 تا 5 روز بعد از شروع علائم بالینی بیماری و در کودکان 7 تا 21 بعد از ان ادامه خواهد داشت.



علائم بیماری آنفولانزا

آنفولانزا بیماری حاد دستگاه تنفسی است که با تب، سرفه، گلودرد، سردرد، درد عضلانی، تعریق، آبریزش بینی، گاه اسهال و استفراغ تظاهر می کند.

در این میان تب و سرفه به عنوان علائم کلیدی مطرح میباشد. سرفه اغلب شدید و برای مدتی ادامه دارد؛ ولی سایر نشانه های بیماری بعد از 2 تا 7 بهبود پیدا می کنند. بیماری آنفولانزای نوع B ممکن است تا اندازه ای خفیف از آنفولانزای نوع A باشد. عفونت آنفولانزای نوع C به شکل سرماخوردگی بدون تب دیده میشود.

علائم بالینی	آنفولانزا	سرماخوردگی
علائم پیش در آمد	ندارد	یک روز یا بیشتر
شروع	ناگهانی	تدریجی
تب		در بالغین نادر
سردرد	ممکن است شدید باشد	نادر
درد عضلانی	معمولاً وجود دارد و اغلب شدید	متوسط
خستگی مفرط	معمولاً وجود دارد	هرگز
خستگی / ضعف	ممکن است بیشتر از دو هفته باشد	متوسط
ناراحتی گلو	شایع	گاهی / اغلب
عطسه	گاهگاهی	معمولاً وجود دارد
التهاب بینی	گاهگاهی	معمولاً وجود دارد
سرفه	معمولاً وجود دارد و اغلب خشک	متوسط و منقطع / مزاحم

توصیه هایی برای پیشگیری از انتشار بیماری

- دریافت واکسن در گروههای در معرض خطر و پرخطر
- رعایت آداب تنفس: پوشاندن دهان بینی در هنگام عطسه، سرفه با دستمال یا آرنج دست (در صورت نبود دستمال در دسترس؛ به جای کف دست ها، قسمت بالایی دست را مقابل دهان و بینی قرار دهید).
- شستشوی مداوم دست ها (حداقل به مدت 30 ثانیه) به خصوص بعد از سرفه، عطسه، دست کاری بینی یا تماس با سطح آلوده
- استراحت و ماندن در منزل تا زمانیکه بهبودی حاصل گردد
- عدم حضور در اماکن تجمعات تا بهبودی کامل
- پرهیز از دست دادن، روبوسی، در آغوش گرفتن دیگران تا زمان بهبودی کامل
- رعایت فاصله مناسب (حداقل یک متر) از افراد دارای علائم آنفولانزا
- به کار بردن ماسک، تهویه هوای اتاق بیمار، جدا کردن سریع مبتلایان از افراد سالم تا حدی مانع شیوع آنفولانزا میشود.

درمان آنفولانزا

- آنفولانزا یک بیماری ویروسی است بنابراین داروی ضد میکروبی (آنتی بیوتیک) بر آن تاثیر ندارد.
- علائم آنفولانزا معمولا با استراحت در منزل، نوشیدن مایعات به میزان کافی، دریافت داروهای ضد درد عضلانی بهبود می یابد.
- داروهای ضد ویروسی خاص جهت کاهش شدت و مدت بیماری آنفولانزا تحت نظر پزشک و در موارد خاص معمولا برای افراد در

معرض خطر و پرخطر تجویز میگردد. به هیچ عنوان نباید به خود درمانی مورد استفاده قرار گیرد.

نقش واکسن آنفولانزا در پیشگیری از بیماری

- گروه هایی که در الویت دریافت واکسن آنفولانزا قرار دارند
- زنان باردار تا 2 هفته بعد از زایمان
- سالمندان، افراد دارای بیماری زمینه ای مزمن
- افراد چاق
- افراد دارای کمبود یا نقص سیستم ایمنی
- کارکنان درمانی، پزشکی بخصوص در بخش های با بیماران ضعف ایمنی

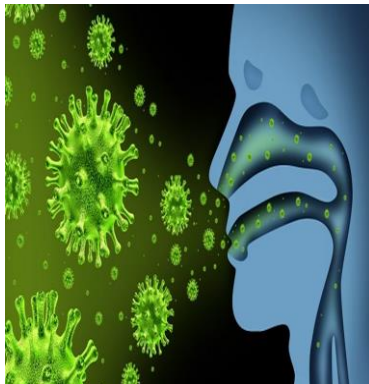
چه کسانی نباید واکسن بزنند

- افرادی که به تخم مرغ حساسیت شدید دارند
- افرادی که مبتلا به یک بیماری حاد یا بدون تب هستند
- افرادی که قبلا در زمان دریافت واکسن آنفولانزا حساسیت نشان میدهند.

بنام خدا

دانشگاه علوم پزشکی تبریز

گروه هدف: گروه پرستاری و مامایی



تهیه و تنظیم:

الهه مطلب زاده

کارشناس کنترل عفونت

بیمارستان امام خمینی (ره) کلبهر

پاییز 1401