

آنفولانزای فصلی



تعریف: یک بیماری عفونی است. این بیماری سیستم تنفسی را تحت تأثیر قرار می‌دهد می‌تواند باعث ایجاد بیماری خفیف تا شدید گردیده و حتی در برخی موارد می‌تواند منجر به مرگ شود.

علت: آنفولانزاتوسط ویروس آنفولانزا ایجاد می‌شود. در فصل‌های سرد در سراسر دنیا افزایش می‌یابد.

انواع ویروس عبارتند از نوع A,B,C

انتشار: سرفه، عطسه، در هر بار عطسه ویروس به میزان ۱ تا ۲ متر پرتاب می‌شود و باعث آزاد شدن ذرات ریز در هوا می‌شود و استنشاق این ذرات آلوده موجب ابتلای به این بیماری می‌گردد. از راه‌های دیگر، لمس کردن سطوح آلوده، دست دادن، روبوسی کردن، تماس با اشیاء آلوده، دستگیره‌ی در و سایر سطوح می‌باشد.

گروه در معرض خطر: نوزادان و سالمندان، زنان باردار، بیماران دیابتی، بیماران مبتلا به سرطان، ایدز، کودکان تحت درمان با اسپرین، عوارض مزمن ریوی، قلبی، عروقی، کلیوی یا خونی گروه در معرض خطر هستند.

گروه‌های در معرض تماس: پرسنل مراکز بهداشتی درمانی، پرستاران، شاغلین در مراکز نگهداری سالمندان، امدادگران، پرسنل آتشنشانی، حجاج و کسانی که در مرغداری‌ها کار می‌کنند و کسانی که با پرندگان سرکار دارند گروه‌های در معرض تماس می‌باشند.

علائم: علائم معمولاً ناگهانی شروع می‌شود، تب ۳۹ درجه، لرز، سردرد، دردهای عضلانی، سرفه (ممکن دو هفته یا بیشتر طول بکشد) بی‌اشتهایی، کسالت، ابریزش از بینی و چشمها، عطسه، کاهش اشتها، سایر علائم گوارشی مانند حالت تهوع، استفراغ و اسهال (در کودکان نسبت به بزرگسالان شایع‌تر است)

درمان

درمان نگهدارنده و درمان دارویی

درمان نگهدارنده شامل موارد زیر است

استراحت: حداقل سه روز استراحت اهمیت زیادی دارد زیرا بدن در حال مبارزه با ویروس است

مایعات: نوشیدن مایعات گرم، پرپروتئین، نوشیدن آب آبیومیه طبیعی جای بدون کافئین بسیار مناسب است.

درمان دارویی

استفاده از داروهای ضد ویروس مانند زانامیویر، اوسلتامیویر (تامی فلو) زانا میویر، اوسلتا میویر در کودکان خطر آسیب به خود و گیجی را اندکی پس از مصرف افزایش می‌دهد.

بنابراین کودکان را بایستی از نظر وجود علائم رفتاری به دقت تحت نظر قرار داد.

استامینوفن ایبوپروفن داروهای ضد احتقان داروهای ضد سرفه داروهای هستند که با تجویز پزشک مورد استفاده قرار می‌گیرند. زیرا ممکن است عوارض جانبی مانند تشنج افزایش ضربان قلب کاهش سطح هوشیاری گاهی حتی مرگ ایجاد کند

راه‌های پیشگیری:

۱) واکسن

۲) رعایت اصول بهداشتی

بهترین روش برای پیشگیری از ابتلا به

آنفولانزا واکسینه شدن است. باید هر سال

واکسن بزنید زیرا ویروس این بیماری هر

سال تغییر میکند.

موارد استفاده از واکسن:

بیماران ضعیف، ساکنین اسایشگاهها، زنان باردار، بیماران مبتلا به بیماریهای مزمن، کارکنان حرفه‌های پزشکی و بهداشتی، سالمندان دارای ضعف سیستم ایمنی، کودکان و نوجوانانی که از آسپرین استفاده می‌کنند. کودکان ۶ ماه تا ۲۳ ماه

واکسن به دو صورت ویروس ضعف شده

وویروس کشته شده موجود میباشد

در زنان باردار در سه ماهه دوم، و سه ماهه سوم بارداری واز واکسن کشته شده ی بیماری استفاده می شود در مسنین بستگی به سیستم بدن آنها دارد. در ورزشکاران از ویروس ضعیف شده بیماری استفاده می شود .

برنامه واکسیناسیون غیر فعال شده

گروه سنی	دوز واکسن	تعداد دوزها
۶ تا ۳۵ ماهه	۰.۲۵ میلی لیتر	۱ تا ۲ دوز
۳ تا ۸ سال	۰.۵ میلی لیتر	۱ یا ۲ دوز
بالای ۹ سال	۰.۵ میلی لیتر	۱ دوز

در صورتی که کودک در طی فصل قبل از انفولانزا، واکسن انفولانزا دریافت کرده باشد. تنها یک نوبت واکسن دریافت میکند.

بیشتر کسانی که واکسن انفولانزا دریافت می کنند. دچار تب میشوند حتماً باید این مسئله توضیح داده شود .

اما: در اکثر سالمندان اغلب پس از دریافت واکسن تب نمی کنند. به این علت که سیستم دفاعی بدن آنها ضعیف شده یا یکی دو نوبت بدن آنها با انفولانزا آشنا شده است.

حدود دو هفته طول می کشد تا واکسیناسیون انجام شده شما را در برابر بیماری محافظت نماید

رعایت اصول بهداشتی:

رعایت اصول بهداشتی شامل موارد زیر است

- ۱: شستشوی مداوم دستها با آب و صابون مایع به مدت ۲۰ ثانیه، ضد عفونی کردن دستها به وسیله مواد الکلی
- ۲: رعایت فاصله از افراد بیمار به اندازه ۱ یا ۲ متر
- ۳: استفاده از دستمال کاغذی هنگام سرفه و عطسه و دفع صحیح و بهداشتی آن، بهتر است از هر دستمال کاغذی یک بار استفاده شود و بعد آن را در سطل زباله در دار بیندازیم.



۴: هنگام تماس با افراد بیمار دهان و بینی خود را با ماسک بپوشانیم واز دستکش استفاده کنیم. دستهای خود را مرتب بشویم

۵: از نوشیدنیها یا لوازم شخصی مشترک استفاده نکنیم

۶: ظروفی را که از آنها برای غذا خوردن استفاده شده، با

آب داغ و صابون بشویم

۷: از جویدن ناخن ها و دست زدن به چشمها، دهان و بینی

خودداری کنیم

۸: سطوح وسایل و لوازم را با استفاده از مواد ضد عفونی

کننده پاک و تمیز نگه داریم

۹: پس از بهبودی مسواک خود را عوض کنیم واز

مسواک جدید استفاده کنیم

۱۰: لباسهای فرد بیمار را با آب داغ بشویم

۱۱: از حضور در تجمعات در فصل بیماری خودداری شود

بر گرفته از: سایت دانشگاه علوم پزشکی

گردآورندگان: پرسنل بخش دود. رضایی و عزیزی

واحد آموزش پرستاری بیمارستان کودکان - زمستان ۸۹