

**آنفلوانزا**

* یک بیماری ویروسی می باشد.
* این بیماری در هر سنی می تواند افراد را مبتلا سازد
* موتاسیون بطور شایع بخصوص در تیپ A اتفاق می افتد
* یک بیماری حادتنفسی به علت ویروس
* در فصول سرد سال شایع است
* میزان حمله بیماری در اجتماعات ۱۰تا۲۰درصد و در محیط های بسته تا ۵۰درصد می باشد
* همه گیری ها معمولا در فصلهای سرد و بارانی سال اتفاق می افتد به همین خاطر نامش آنفلوانزا ی فصلی است

|  |  |
| --- | --- |
| **نوع آنفلوانزا** | **ویژگیهای بیماری** |
| **آنفلوانزای فصلی** | **- از انسان به انسان منتقل می شود.****- در صورت ابتلا معمولا عارضه خاصی ندارد و بهبودی حاصل می گردد.****- واکسن آن در دسترس است و برای افراد خاصی توصیه می شود** |
| **آنفلوانزای****پاندمیک (جهانگیری)** | **- ظهور گونه ای جدید از ویروس آنفلوانزا****- ناشناخته برای سیستم ایمنی بدن****- ابتلای تعدادزیادانسانها****- شیوع بالای آن می تواند منجر به همه گیری جهانی (پاندمی)  گردد****- اقشار مختلف جامعه را درگیر می کند به دلیل کاهش نیروی انسانی ارایه دهنده خدمات ، میتواند باعث اختلال در امور اجتماع گردد.****- وقوع پاندمی ، موارد بالای ابتلا و مرگ و میر را بهمراه خواهد داشت.****- واکسن موثر و بی خطر ، حداقل شش ماه پس از بروز پاندمی می تواند در دسترس قرار گیرد** |
| **آنفلوانزای پرندگان** | **- بطور معمول در بین پرندگان اتفاق می افتد.****- بسیار کشنده است.****-ویروس این بیماری از نوع H1N5 می باشد****- می تواند از پرنده به انسان منتقل شود.****- ابتلای انسان به این بیماری بسیار خطرناک است و مرگ و میر بالایی دارد.****- ایمنی انسانی نسبت به این نوع آنفلوانزا وجود ندارد.****- واکسن آن در دسترس نیست** |



**دلیل اهمیت آنفلوانزا :**

سرعت انتشار، کثرت مبتلایان،  قابلیت ایجاد همه گیری و احتمال بروز عارضه و مرگ و میر در گروه های پرخطر بیشتر است.

**علایم بالینی آنفلوانزا در انسان:**

سه علامت اصلی :

-تب (بیش از۳۸ درجه اصلی ترین علامت بیماری است)

-گلودرد

-سرفه

**علایم کمکی :**

- بی اشتهایی ،تهوع،استفراغ،اسهال

- احساس کوفتگی ،دردهای استخوانی –عضلانی لرزاحساس ضعف و خستگی

- سردرد

-آبریزش بینی – احساس گرفتگی بینی و عطسه

**نکته:**

سرفه در آنفلوانزا ،اغلب شدید و برای مدتی ادامه می یابد.

بقیه علایم فوق بعد از ۲تا۷روز خود بخود بهبود پیدا می کنند.

**تفاوت آنفلوانزای فصلی با سرماخوردگی:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **سرماخوردگی** | **آنفلوانزای انسانی** | **علائم و نشانه ها** |
| **تدریجی** | **ناگهانی (حاد)** | **نحوه شروع علائم** |
| **خفیف و ناشایع** | **شدید و شایع** | **تب** |
| **ناشایع** | **شایع** | **گلودرد** |
| **کمتر** | **شایع** | **سرفه****(بیمار بیان میکند که : سینه ام درد می کند)** |
| **شایع** | **ناشایع** | **آبریزش بینی ،عطسه، احساس****گرفتگی بینی** |

|  |
| --- |
| **راه های پیشگیری:** |
| **مراجعه به پزشک در صورت شدید بودن سه علامت اصلی آنفلونزا** |
| **استراحت در منزل با توصیه پزشک** |
| **پوشاندن دهان و بینی با دستمال کاغذی به هنگام عطسه و سرفه وانداختن دستمال کاغذی   مصرف شده در سطل زباله در بسته** |
| **در صورت نداشتن دستمال کاغذی هنگام عطسه و سرفه دهان و بینی را با قسمت داخلی آرنج خود ، بپوشانیم.** |
| **شستشوی مکرر دستها با آب و صابون به خصوصا بعد از سرفه و عطسه به مدت۲۰ تا۳۰ثانیه** |
| **خودداری از تماس دستهای آلوده با چشمها ، بینی و دهان** |
| **پرهیز از تماس نزدیک(کمتر از یک متر) با افراد بیمار و کلیه رفتارهایی که باعث تماس نزدیک می شوند،شامل درآغوش گرفتن ، روبوسی و دست دادن** |
| **توصیه به دانشجویان جهت استفاده ازوسایل ولوازم التحریرشخصی** |
| **دفع صحیح ماسک مورد استفاده قبل از خیس شدن با بخار دهان و بینی پاره شدن و کثیف شدن آن .البته بهترین نوع ماسکN۹۵  میباشد.**تهیه کننده مرکز بهداشت دانشگاه |