



مجمع تخصصی و فوق تخصصی فارابی

بیماری آنفولانزای نوع A



دفتر آموزش سلامت

کد شناسه : ۳ - F-TEP۱

تاریخ ابلاغ : ۹۷/۹/۱

تاریخ بازنگری : ۹۹/۱۰/۱

۳- شستشوی دستها به مدت ۴۰ تا ۶۰ ثانیه با آب و صابون می تواند ویروس آنفولانزا را از دستان شما پاک نماید.



۴- مدت انتقال بیماری از فرد مبتلا از یک روز قبل از شروع علائم بیماری تا ۷ الی ۱۰ روز بعد از ابتلا می باشد.

۵- تزریق واکسن آنفولانزای فصلی تأثیری در ابتلا به بیماری آنفولانزای نوع A ندارد ولی از ابتلای همزمان به انواع آنفولانزای فصلی جلوگیری می کند و علائم و شدت بیماری را در صورت ابتلا کاهش می دهد.

**** جهت دریافت مطالب های آموزشی به وب سایت زیر**

مراجعه نمایید.

www.farabi.mui.ac.ir

تهیه کننده: زهرا ایزدی سوپروایزر آموزش سلامت

۷. هنگام سرفه یا عطسه، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانیم.



۸. دستمال مصرف شده را فوراً پس از استفاده در سطل آشغال پدالی و بدون تماس دست با آن دور بیندازید.



چند نکته :

۱- واکسن آنفولانزا بر اساس گونه های جاری در جهان در بازار موجود است.



ولی رعایت نکات مذکور بهترین راه پیشگیری است.

۲- برای ضدعفونی ظروف و البسه از محلول وایتکس (هیپوکلریت سدیم) استفاده کنید و برای ضدعفونی سطوح از الکل ۷۰ درجه استفاده کنید.



آنفلوآنزای نوع A (H1N1)

یک بیماری ویروسی تنفسی است که توسط ویروس جدیدی که اولین بار از خوک به انسان منتقل شده است ایجاد می شود ولی در حال حاضر انتقال آن از انسان به انسان می باشد.

از آنجایی که این بیماری به شدت مسری بوده و علائم آن نیز از آنفلوآنزای معمولی شدیدتر می باشد، کنترل و پیشگیری از شیوع آن دارای اهمیت می باشد.

علائم بیماری

علائم این بیماری شبیه بیماری آنفلوآنزای معمولی می باشد و مهمترین آنها عبارتند از :

تب، سرفه، گلودرد، سردرد، لرز، کوفتگی بدن، احساس خستگی، همچنین در بعضی مواقع اسهال و استفراغ.

چنانچه فردی تب ۳۸ درجه سانتیگراد یا بالاتر و یکی از علائم فوق را گزارش نماید مشکوک به ابتلا به این بیماری می باشد.



طریقه انتقال و دوره نهفته بیماری

ویروس آنفلوآنزا به دو طریق مستقیم و غیرمستقیم انتقال می یابد. در روش ۱- مستقیم که مهمترین روش انتقال این ویروس می باشد،

بیماری از طریق ترشحات آلوده دستگاه تنفسی افراد مبتلا که از طریق عطسه و سرفه به بیرون پرتاب می شوند، انتقال می یابد.

در روش ۲- غیرمستقیم، بیماری از طریق تماس دستها با اشیاء و سطوحی که ویروس آنفلوآنزا قبلاً بر روی آنها قرار گرفته است و سپس تماس دست آلوده شده با دهان و بینی انتقال می یابد.

دوره نهفته این بیماری حدود یک تا سه روز است یعنی پس از ورود ویروس به بدن ممکن است ۱ تا ۳ روز طول بکشد تا علائم بیماری آشکار گردند.

نحوه درمان

افرادی که علائم این بیماری در آنها مشاهده شود پس از تشخیص قطعی بیماری که توسط پزشک صورت می گیرد، می توانند در صورت لزوم تحت درمان دارویی مناسب قرار گیرند.

نحوه پیشگیری و جلوگیری از انتقال بیماری

برای پیشگیری از این بیماری توصیه های ساده ای وجود دارد که در صورت رعایت آنها می توان از ابتلا به این بیماری جلوگیری نمود.

این توصیه ها عبارتند از :

۱- از مالیدن و تماس دست آلوده با چشمها، بینی و دهان خودداری نماییم.



۲- هنگام احوالپرسی، از در آغوش گرفتن، بوسیدن و دست دادن خودداری کنیم.



۳- اگر علائم مشابه آنفلوآنزا

در افراد دیگر مشاهده کردیم از آنها حداقل یک متر فاصله بگیریم.



© Lotta Persson

۴- اگر در خود علائم مشابه آنفلوآنزا مشاهده کردیم، در منزل بمانیم و استراحت کنیم.

۵. در صورت مشاهده علائم

مشابه آنفلوآنزا، فوراً به پزشک مراجعه کنیم.



۶ دستها را به طور مرتب با آب و صابون بشوییم.

