

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کیران
بیمارستان شهید حسین پور لنگرود

آنفلانزا



کار گروه آموزش سلامت

گروه هدف: بیمار و همراه

بهار ۱۴۰۴

ویروس

آنفلانزا یک بیماری شدید تنفسی است که عامل آن ویروس آنفلانزا می باشد.

علائم بیماری

دوره مخفی آنفلانزا در انسان ۷ روز است. این ویروسها در انسان باعث بیماریهای سرماخوردگی و اسهال می شوند.

علائم بیماری شامل:

- ◇ تب بالا
- ◇ عطسه سرفه
- ◇ درد عضلانی شدید
- ◇ گلودرد
- ◇ خستگی
- ◇ اشک ریزش و آبریزش از بینی

روش انتقال:

روش انتقال توسط ریز قطرات تنفسی. ناشی از سرفه و عطسه است.

موارد زیر بعنوان تماس نزدیک تعریف شده که باید مورد توجه قرار گیرد:

- ۱- تماس چهره به چهره به مدت ۱۰ دقیقه
- ۲- تماس چهره به چهره در فاصله کمتر از یک متر
- ۳- هر فردی که بطور مشخص با بیمار در مکانهایی مانند کلاس درس، هواپیما و تاکسی و.. در تماس باشد.
- ۴- هر فردی که در یک مکان مشترک با بیمار در زمانیکه فرد دارای علامت است اقامت دارد.



اکثر مردم می توانند علائم آنفولانزا را در خانه درمان کنند.
درمان های خانگی عبارتند از استراحت، نوشیدن مقدار زیادی مایعات و مصرف دارو برای پایین آمدن تب. اما بعضی از افراد باید برای درمان به بیمارستان بروند، چون ممکن است که علائم شدیدتری داشته باشند یا دچار ذات الریه شوند با این احتمال وجود دارد که عفونت آنفولانزا، یکی از مشکلات فعلی آنها را تشدید کند.

اگر فکر می کنید که به آنفولانزا مبتلا شده اید، پزشک تان می تواند داروهایی را تجویز کند که علائم تان را سبک تر می کنند. بهتر است در عرض ۲ روز از بروز اولین علائم آنفولانزا، مصرف داروهایتان را آغاز کنید.

- ◇ پوشاندن دهان و بینی با دستمال در هنگام عطسه زدن و سرفه کردن
- ◇ دفع بهداشتی دستمالهای استفاده شده در ظروف درب دار
- ◇ استفاده از ماسکهای طبی هنگام ابتلا به بیماری تنفسی حاد
- ◇ شستشوی مکرر دستها با آب و صابون بدلیل آلوده شدن دستها با ترشحات تنفسی آلوده
- ◇ رعایت حداقل یک متر فاصله از دیگران در هنگام ابتلا به بیماری تنفسی
- ◇ استفاده شخصی از وسایل بهداشت فردی



منبع : پروتکل وزارت بهداشت

آنفولانزا همان

سرماخوردگی است ؟

آنفولانزا با سرماخوردگی

متفاوت است و علائم

شدیدتری دارد.