



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
بیمارستان امام رضا (ع)
(آموزش به بیمار)

آنفلوانزا (FLU)



آخرین بازنگری پاییز ۹۸

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با سایت بیمارستان تماس حاصل

نمائید.

www.emamrezahp.sirums.ac.ir

درمان ضد ویروسی :

مصرف درمانی داروهای ضد ویروس علائم بیماری را از بین نمی برند بلکه شدت و طول دوره را تا حدودی کاهش می دهد . البته این نوع داروها برای همه بیماران لازم نمی باشد باید حتما توسط پزشک و بسته به شدت عوارض و وضعیت بیمار تجویز شود . این داروها در صورتی که تا ۴۸ ساعت اول شروع بیماری مصرف شود ، موثر خواهد بود . داروهای ضد ویروس برای افرادی که نمی توانند از واکسن استفاده کنند ، نیز مصرف دارد .

آنتی بیوتیکها برای درمان بیماریهای ویروسی موثر نمی باشد و فقط در صورت ایجاد عفونت باکتریایی مانند پنومونی(عفونت ریه) ، عفونت گوش یا سینوزیت ایجاد شده بدنال آنفلوانزا مفید خواهد بود .

کنترل عفونت :

شست و شوی صحیح دستها با آب و صابون انتشار بیماری را محدود می کند . اگر صابون در دسترس نبود می توان از محلول های ضد عفونی دست حاوی الکل استفاده کرد . در صورت ابتلا به آنفلوانزا یا مراقبت از بیمار مبتلا، باید دستهای خود را مرتب بشویید .

هنگام عطسه و سرفه جلوی دهان خود را با دستمال یکبار مصرف (دستمال کاغذی) گرفته و سپس دستمال را در سطل آشغال بیندازید . تا حد امکان در فصول شایع از روبوسی و دست دادن در هنگام احوالپرسی پرهیز نمایید .

چه کسانی باید واکسن دریافت کنند ؟

- واکسن آنفلوانزا برای تمام افراد بالای ۶ ماه قابل تجویز است ، ولی استفاده از آن در موارد زیر ضروری است :
- افراد با سن بالای ۵۰ سال
- کسانی که نیاز به مراقبتهای طولانی مدت در منزل دارند .
- افرادی که بیماری مزمن قلبی یا ریوی دارند .
- افرادی که دیابت یا بیماریهای کلیوی دارند.
- افرادی که مبتلا به HIV (ایدز) بوده وکسائیکه پیوند عضو یا سلول بنیادی داشته اند .
- بچه ها و نوجوانان (۶ ماهه تا ۱۸ ساله) که درمان طولانی مدت با آسپرین دارند .
- خانم های باردار
- افرادی که در تماس با این بیماران هستند مانند : مراقبین بهداشتی ، کارمندان مراکز مراقبت های پرستاری ، کارمندان خانه های بهداشتی و کسانی که در کنار افراد پر خطر برای ابتلا ، زندگی می کنند .

تعریف :

آنفلوانزا یک بیماری مسری است که هر فردی در هر سنی ممکن است به آن مبتلا شود . شیوع بیشتر این بیماری در فصل زمستان بوده و علت آن حضور طولانی مدت در فضاهای بسته و تماس نزدیک افراد با یکدیگر است . آنفلوانزا به راحتی با عطسه ، سرفه و تماس دست ، از فرد به فرد منتقل می شود . تشدید بیماری در افراد کم سن ، سالمندان ، خانم های باردار و کسانی که مشکل خاصی مانند آسم یا سایر بیماری های ریوی دارند دیده می شود .

علائم :

نشانه های بیماری از فرد به فرد متفاوت است ولی علائم زیر در اغلب موارد وجود دارد :

- تب (حرارتی بالای ۳۷/۸ درجه)
 - علائم گوارشی نظیر اسهال و استفراغ
 - سرفه و گلو درد
 - خستگی، سردرد و درد عضلانی
- معمولا تب و سایر نشانه های آنفلوانزا ۲ تا ۵ روز و بعضی از مواقع تا یک هفته یا بیشتر ادامه دارد و ضعف و خستگی ممکن است تا چندین هفته ادامه پیدا کند .

عوارض :

عوارض آنفلوانزا که شایعترین آنها پنومونی (عفونت ریه) است ، در بیماران بالای ۶۵ سال ، آنهایی که نیاز به مراقبتهای طولانی مدت در منزل دارند ، خانم های باردار و یا بیماران مبتلا به دیابت ، بیماریهای قلبی و ریوی دیده می شود .



در صورت بروز موارد زیر سریعا به مرکز درمانی مراجعه کنید :

- استفراغی که بند نمی آید و یا نمی توانید به اندازه کافی مایعات بنوشید .
 - احساس تنگی نفس یا هر گونه مشکل در نفس کشیدن
 - احساس درد یا فشار در قفسه سینه یا معده
 - مشاهده علائم کمبود مایعات بدن مانند سر گیجه در وضعیت ایستاده و عدم دفع ادرار
 - گیجی و خواب آلودگی
- ## پیشگیری :

موثرترین راه پیش گیری رعایت نکات بهداشتی از جمله شست و شوی دست است . در صورت تجویز پزشک، داروهای ضد ویروس و استفاده از واکسن آنفلوانزا هم در مواجهه با بیماری موثر است .



درمان :

اغلب بیماران طی یک تا دو هفته و بدون درمان بهبود می یابند .

درمان علامتی :

- درمان علائم آنفلوانزا فقط باعث احساس بهتر شدن می شود ولی درمان را تسریع نمی کند .
- تا بهبودی کامل استراحت کنید ، به ویژه اگر بیماری شدید باشد .
- به میزان زیاد مایعات بنوشید راه تشخیص دریافت مایعات کافی مشاهده رنگ ادرار است . به طور طبیعی رنگ ادرار باید بی رنگ یا زرد کم رنگ بوده و هر ۳ تا ۵ ساعت یکبار دفع ادرار داشته باشید .
- استامینوفن می تواند تب ، سردرد و درد عضلانی را بر طرف کند ، ولی آسپرین و سایر مسکن هایی که حاوی آسپرین هستند ، به علت واکنش خطرناک، برای بچه های زیر ۱۸ سال توصیه نمی شود .
- داروهای ضد سرفه اغلب موثر نبوده و برای بچه های زیر ۶ سال توصیه نمی شود.

