

مراقبت در خانه :

- * استراحت در بستر یا تخت.
- * نوشیدن مقدار زیادی مایعات مثل آب آبگوشت ، آب مرغ و دیگر مایعات.
- * تبعیت از رژیم آنتی بیوتیک (بیمار) طبق دستور پزشک.
- * رعایت بهداشت دست ، دهان و بهداشت کل بدن.
- * از تماس با فردی که بیماری عفونی شناخته شده دارد خودداری کند.
- * غذا ها بطور کامل پخته شود . گوشت مرغ و محصولات ماهی را جدا از سایر گروه های غذایی نگهداری شود.
- * فرد مبتلا به آنفولانزا از ظروف غذا خوری جداگانه استفاده کند.

۵

پیشگیری از آنفولانزا:

بهترین راه جهت پیشگیری از آنفولانزا دریافت واکسن در هر دوره می باشد. هر ساله ترکیبات مختلف واکسن آنفولانزا ارائه میشود که بر اساس پیش بینی از گونه های احتمالی در گردش است. افراد بالای ۶ ماه می توانند سالانه واکسن آنفولانزا دریافت کنند. در حال حاضر گزینه های زیادی برای واکسن آنفولانزا وجود دارد . واکسن های سه ظرفیتی از سه سویه و واکسن های چهار ظرفیتی از چهار سویه تشکیل شده اند . ترکیبات را می توان بصورت تزریقی یا بصورت اسپری بینی تجویز کرد . ترکیباتی با قدرت متفاوت و برای گروه های سنی مختلف و افراد مختلف وجود دارد . این واکسن در پیشگیری از بیماری در افراد سالمند کمتر مؤثر است اما بستری شدن در بیمارستان و مرگ را در این گروه سنی کاهش می دهد.

۴

عوارض آنفولانزا:

پنومونی باکتریال - دهیدریتاسیون - خطر بیماری های مزمن مثل نارسایی احتقانی قلب - آسم - دیابت
کودکان ممکن است دچار مشکلات سینوسی و یا عفونت گوش شوند.

علائم آنفولانزا شامل :

سردرد - خشگی - سرفه خشک - گلودرد - گرفتگی بینی - درد عضلات علائم معدی مثل تهوع - استفراغ - اسهال (که در بچه ها بیشتر اتفاق می افتد) - احساس سرما خوردگی در بدن - گوش درد - مشکلات سینوسی

۳



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان امام حسن مجتبی داراب

موضوع: آنفولانزا

تهیه کننده: مهسا عسکری

سال: ۱۴۰۲

منبع: کتاب برونرسورادث ۲۰۲۲

مسئول علمی: خانم دکتر رضایی

کد مستند سازی: pph.pe.12

بارکد:

تعریف آنفولانزا:

آنفولانزا بیماری حاد ویروسی تنفس است که به صورت قابل پیش بینی و دوره ای، به شکل اپیدمی و پاندمی رخ میدهد. اپیدمی ها هر دو تا سه سال یکبار با شدت های مختلف رخ میدهند افرادی که در معرض خطر جوی آنفولانزا می باشند شامل: بچه ها، افراد مسن تر از ۶۵ سال

آنفولانزا چگونه منتشر می شود؟

ویروس آنفولانزا از طریق ترشحات تنفسی از طریق سرفه، عطسه منتشر میشود. این ترشحات از طریق دهان و بینی در سرفه، عطسه و یا خنده انتشار میابد همچنین این قطرات میتواند از طریق دست آلوده نیز منتقل شود. فرد آلوده تا ۵ روز پس از بروز علائم قابلیت انتقال ویروس به دیگران را دارد.

آموزش به بیمار:

- 1- بیمار دست های خود را بطور مرتب با آب و صابون بشورد.
- 2- بیمار و اطرافیان از ماسک استفاده کنند.
- 3- در صورت تب از پاشویه و تب بر طبق دستور پزشک استفاده کنند.
- 4- از قرار گرفتن در معرض دود خودداری کنند.
- 5- از فعالیت در روز های خیلی سرد و روز های آلوده جلوگیری شود.

