

به نام خدا

آنفلونزا یک عفونت تنفسی مسری و شایع در اثر آلودگی با ویروس می باشد. مدت زمان شروع علائم از زمان وارد شدن ویروس به بدن 24 تا 48 ساعت است که معمولاً از یکروز قبل تا یک هفته بعد از بروز علائم مسری است.



انواع آنفلونزا

- نوع A: در انسان و حیوانات
- نوع B: در انسان و پستانداران
- نوع C: در انسان

انتقال آنفلونزا در بیشتر ماههای سرد سال (فصل پاییز و زمستان) روی می دهد .

علائم

- تب (بالای 38.5 درجه) و لرز
- دردهای عضلانی از جمله کمر درد
- خشونت صدا و آبریزش از بینی

1

- خستگی و سرفه که ممکن است همراه با خلط باشد
- گلودرد

سرفه اغلب شدید و برای مدتی ادامه می یابد ولی سایر علائم بعد از 2 تا 7 روزه خودی خود بهبود می یابد.



علل

ویروس آنفلونزا معمولاً از طریق هوا با عطسه گسترش می یابد تماس با سطوح آلوده به ویروس و سپس تماس با چشم یا دهان نیز ممکن است منتقل شود

استرس ، خستگی شدید ، تغذیه نامناسب ، وجود بیماری اخیر که موجب کاهش مقاومت بدن شده باشد در هنگام بروز همگیری از عوامل افزایش دهنده خطر است

افراد در معرض خطر

بیماران قلبی و ریوی ، بیماران کلیوی ، دیابتی ، آسم و خانمهای باردار ، افراد مسن ، پرسنل پزشکی و بهداشتی و کودکان

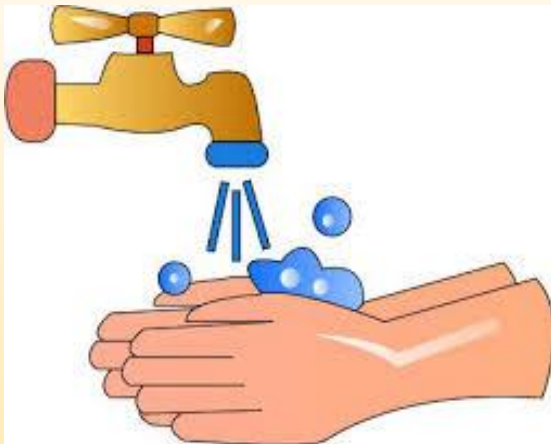
2

آنفلونزا را با سرماخوردگی اشتباه نگیرید.

عوارض

هر چند دوره معمولی بیماری 3 تا 7 روز است اما چون در جریان آنفلونزا میکروبهای دیگری به بدن حمله می کنند و سیستم ایمنی بدن ضعیف می شود دچار بیماری های دیگری می شود .

اگر سریع تر این بیماری درمان نشود منجر به مرگ می گردد.



پیشگیری و درمان

- شستشوی دستها بخصوص پس از سرفه و عطسه کردن و دست زدن به بینی و دهان
- استفاده از درمان طبی مناسب با نظر پزشک

3



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی شیراز

بیمارستان شهید بهشتی بندرانزلی

آموزش به بیمار

بیماری آنفلونزا



تهیه کننده: شقایق جمالی / کارشناس پرستاری بخش

داخلی

گروه هدف: عموم مردم

پاییز 1399

آخرین بازنگری تابستان 1401

آموزش به مددخواه:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

منبع:

آنفلونزا دانشنامه رشد وبلاگ آفتاب

➤ پوشاندن دهان در زمان سرفه و عطسه کردن



➤ استفاده از دستمال کاغذی و معدوم کردن

صحیح بعد از هر بار استفاده

➤ استراحت در منزل و پرهیز از تماس با دیگران در

هنگام بیماری

➤ تزریق واکسن آنفلونزا که در تمام افراد با سن

بیش از 6 ماه توصیه می شود

