

آنفلوانزا:

آنفلوانزا بیماری حاد دستگاه تنفسی است که به شدت مسری می‌باشد.

هر چند که آنفلوانزا یک بیماری ساده است و اغلب بدون آنکه نیاز به درمان دارویی خاص داشته باشد تنها با مراقبت های ساده بهبود پیدا می کند اما لازم است با رعایت نکاتی ساده و در عین حال اساسی، در کنترل بیماری تلاش نمائیم.

از ویژگی های مهم این بیماری انتشار بسیار سریع از طریق ذرات آلوده معلق در هوا یا مستقر بر روی سطوح اشیاء و یا در محیط مرطوب است که لزوم مراقبت های بهداشت فردی و جمعی را بیش از پیش می نماید.

علائم بیماری : علائم شایع بیماری شامل تب بیشتر از ۳۷٫۸ درجه سانتیگراد، بی حالی ، بی اشتها، آبریزش بینی ، سرفه ، گلو درد ، درد عمومی بدن ، سر درد، لرز، ضعف ، تهوع، استفراغ و اسهال می باشد .

راه های انتشار ویروس:

ویروس از طریق قطرات ریز تنفسی از بینی و دهان شخص آلوده به هنگام عطسه و سرفه کردن پخش می شود .

ویروس هنگام عطسه و سرفه در هوا و به روی اجسام اطراف تا فاصله ۲ متری پخش میشود. دست در اثر تماس با اجسام آلوده به ویروس آلوده میشود و اگر شخص دست آلوده خود را به چشم ، دهان ، یا بینی بمالد درواقع ویروس را وارد بدن خودش کرده و به بیماری مبتلا میشود .

راههای انتقال بیماری: ۱- تماس مستقیم : از طریق ترشحات دستگاه تنفسی فرد بیمار هنگام سرفه و عطسه ۲- تماس غیر مستقیم : از طریق تماس با اشیاء آلوده به ویروس

دوره کمون بیماری:

دوره کمون بیماری کوتاه و معمولاً بین ۳-۱ روز است و گاهی تا ۵ روز نیز متغیر می باشد .

دوره واگیری:

۲۴ ساعت قبل از شروع علائم بیماری از ۵ تا ۷ روز پس از بروز نشانه های بالینی بیماری.

اقدامات و موازین پیشگیری از سرایت آنفلوانزای جدید H۱N۱ به دیگران:

* در صورت ابتلا به علائم مشابه آنفلوانزا ، توصیه به

استراحت بیمار در منزل

* مدت استراحت در منزل تا ۷ روز پس از شروع علائم و یا تا ۲۴ ساعت پس از رفع علائم بیماری است.

* بیمار تا حد امکان از افراد ساکن منزل نیز دور بماند.

* اگر بیمار برای مراجعه به مراکز درمانی از منزل خارج

می شود سعی کند از ماسک استفاده نموده یا با دستمال کاغذی در حین سرفه و عطسه جلوی دهان و بینی خود را بپوشاند.

* دست های خود را بطور مکرر با آب و صابون بشویند

(خصوصاً بیماران و پس از عطسه و سرفه)

* محلول های ضد عفونی کننده پایه الکلی نیز در این زمینه موثرند.

* افراد سالم از دست زدن به چشم ، بینی و دهان خود حتی الامکان اجتناب کنند زیرا راه غیر مستقیم انتقال بیماری از این طریق می باشد.

خلاصه موازین بهداشت فردی (پیشگیری و درمان بیمار در منزل :

- در بیماران آنفلوانزایی که علائم بیماری شدید نیست بایستی از طریق پیام های بهداشتی به ماندن در منزل و رعایت آداب تنفسی تشویق شوند شامل :

* پوشاندن دهان و بینی در هنگام عطسه و سرفه با

حداقل پوشاندن عطسه و سرفه با آستین پیراهن

* رعایت بهداشت دست ها

* رعایت فاصله تماس با دیگران (۱ متر)

* محدود کردن بیماران به عدم حضور در اماکن شلوغ ،

اجتناب از تماس نزدیک با افراد دیگر

* برای به حداقل رساندن سرایت بیماری ، مراقبت از

بیمار در محل زندگی ، بایستی تا حد ممکن تنها

توسط یک نفر انجام گیرد.

* در صورت امکان هم بیماران و هم مراقبین آنها بایستی

در طی دوره عفونت زایبی بیماران ، از ماسک

یکبار مصرف استفاده کنند.

* در صورتیکه امکانات به اندازه کافی موجود نباشد ،

استفاده از ماسک در منزل توسط بیمار نسبت به

مراقبین وی ارجح است.

* ضرورتی به استفاده از ماسک در تمام طول روز وجود

ندارد و فقط بیمار بایستی در حین تماس نزدیک با

دیگران (تماس کمتر از ۱ متر) از آن استفاده کند.

* هنگامی که ماسک بوسیله ترشحات تنفسی خیس

شد بایستی به طریق صحیح دور انداخته شود.

* در صورت در دسترس نبودن ماسک به تعداد کافی

می توان از دستمال ضخیم یا ماسک های چند بار مصرف پارچه ای که بطور کامل جلو بینی و دهان را می پوشاند ، استفاده کرد . این ماسک ها نیز در صورت خیس شدن بایستی تعویض شده و با آب و صابون شسته شوند.

* اگر تعداد کافی ماسک در دسترس است مراقبین

بیمار نیز بایستی در حین تماس نزدیک با بیماران از آن

برای پوشاندن دهان و بینی استفاده کنند.

هوالشافی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی،
درمانی کرمانشاه
مرکز آموزشی، درمانی امام خمینی(ره)



عنوان :

آنفلوانزا



مرکز آموزشی درمانی امام خمینی (ره)

سهیلا علی اسلام

مسئول آموزش به بیمار

سایت بیمارستان:

www.imamkhomani.kums.ac.ir

منبع:

برونر و سودارث

کد: ۱۳۹۷۱-۲۰۲۰



اقدامات درمانی برای آنفلوآنزای جدید H1N1:

درمان با داروی ضد ویروس برای بیماران دچار بیماری شدید توصیه می شود. انتظار می رود که اغلب افراد (فرم های خفیف و متوسط) خودبخود و بدون نیاز به درمان خاص بهبود یابند. توصیه می شود بیماران دچار فرم شدید بیماری به مراکز ارائه خدمات درمانی ارجاع شوند.



* مراقبین بیمار بایستی همواره دست های خود را پس از تماس با بیماران بشویند .

موازین درمان بیمار در منزل :

- آسپرین در کودکان نباید استفاده شود .
- مایعات خوراکی ، تغذیه و استراحت بیمار در بستر ضروری است.
- در هنگام بروز عوارض باکتریال آنفلوانزا ، بایستی استفاده صحیح از آنتی بیوتیک مطابق با دستور العمل صورت پذیرد.
- در صورت بروز علائم بیماری شدید یا دهیدراتاسیون بایستی درمان های اضافی برای بیماران دچار بیماری شدید در نظر گرفته شود.
- کسانی که بهبود یافته اند دیگر عفونت را محسوب نمی شوند و در برابر بیماری ایمن در نظر گرفته می شوند. (معمولا ۲ - ۳ هفته پس از شروع بیماری)
- رعایت آداب تنفسی و شستشوی دست ها بایستی توسط تمامی اعضای خانواده رعایت گردد.
- پنجره ها بایستی باز گذاشته شود تا تهویه مناسب منزل (چادر صحرائی) برقرار شود.
- سطوح مختلف منزل بایستی بطور منظم توسط آب و صابون یا مواد ضد عفونی کننده پاکسازی شود.

ارجاع بیماران به مراکز درمانی :

ممکن است بتوان درصد زیادی از بیماران آنفلوانزا را در منزل و با ارائه درمان های حمایتی ساده که در بالا به آنها اشاره شد درمان نمود . در صورتیکه بیماری وخیم تر شد یا علائم شدید بروز کرد بیمار را به یک مرکز درمانی مجهز جهت بستری معرفی نمایید .

