

آنفلوآنزا چیست؟

آنفلوآنزا یا آنفلوآنزا (Influenza) یک بیماری شایع ویروسی است که معمولاً از پاییز تا اوایل بهار رخ می‌دهد. شدت این بیماری در میان افراد مختلف متفاوت است، اما غالباً به عطسه، سرفه و خستگی منجر می‌شود. سویه‌های مختلفی از ویروس این بیماری وجود دارد. هر سال محققان شایع‌ترین سویه‌های مربوط به آنفلوآنزا را مشخص می‌کنند تا از آن‌ها برای تهیه واکسن استفاده کنند. واکسن یکی از ساده‌ترین و موثرترین راه‌های پیشگیری از این بیماری مسری است



علائم آنفلوآنزا

• تب آنفلوآنزا تقریباً همیشه باعث افزایش دمای بدن می‌شود. معمولاً در افراد مبتلا به این بیماری درجه حرارت بدن بین ۳۷/۸ تا ۴۰ درجه سانتی‌گراد است. در بیشتر موارد، تب ناشی از آنفلوآنزا کمتر از یک هفته (سه تا چهار روز) طول می‌کشد.

• **سرفه**: سرفه خشک و مداوم یکی از **علائم آنفلوآنزا در بزرگسالان و کودکان** است. گاهی اوقات، ممکن است در دوران بیماری تنگی نفس هم داشته باشید. بسیاری از سرفه‌های مربوط به آنفلوآنزا حدود ۲ هفته طول می‌کشند.

• **دردهای عضلانی**: درد عضلانی معمولاً در پشت گردن، پشت، بازوها و پاها احساس می‌شود. این درد می‌تواند شدید باشد و شما را از انجام کارهای روزمره بازدارد.

• **سردرد**: سردرد از اولین علائم آنفلوآنزا است. این علامت می‌تواند با حساسیت به صدا و نور همراه باشد.

• **خستگی**: یکی از معمول‌ترین علائم آنفلوآنزا احساس خستگی شدید است. خستگی به سرعت بروز می‌کند و بیمار قدرت مقابله با آن را نخواهد داشت.

• **گلودرد**: سرفه‌های ناشی از آنفلوآنزا به سرعت به گلودرد منجر می‌شوند. البته ویروس آنفلوآنزا می‌تواند بدون سرفه هم باعث تورم گلو شود.

• **مشکلات گوارشی**: بعضی از گونه‌های ویروس آنفلوآنزا باعث اسهال، حالت تهوع، درد معده یا استفراغ می‌شوند

علائم آنفلوآنزا در کودکان

ویروس آنفلوآنزا در کودکان هم علائم فوق را ایجاد می‌کند. البته ممکن است کودکان علائم دیگری هم داشته باشند، مثل:

- عدم تمایل به نوشیدن مایعات
- گریه بدون اشک
- بیدار نشدن از خواب و ارتباط برقرار نکردن با دیگران
- ناتوانی در غذا خوردن
- تب به همراه بشورات پوستی
- بی‌قراری
- کاهش دفع ادرار

در کودکان تمایز قائل شدن بین بیماری آنفلوآنزا و سرماخوردگی کار دشواری است. اگر فرزندتان تب بالا یا سایر علائم شدید را ندارد، احتمالاً به سرماخوردگی مبتلا شده است.



بیمارستان رستمانی پارسیان

شناسنامه پمفلت آموزشی کد	
عنوان	آنفلوآنزا
تهیه کننده	مهین روزچک
سال تهیه	فروردین 1404
ناظر کیفی	منیره اکبرزاد سوپروایزر آموزشی
تایید کننده علمی	خالد رحمانیا متخصص اطفال

علائم آنفلوآنزا در کودکان

عدم تمایل به نوشیدن مایعات

گریه بدون اشک

بیدار نشدن از خواب

ناتوانی در غذا خوردن

تب به همراه بثورات پوستی

بی‌قراری

کاهش دفع ادرار

علائم آنفلوآنزا شدیدتر از علائم سرماخوردگی است. سرماخوردگی معمولاً عوارض چندانی ندارد، اما آنفلوآنزا می‌تواند مشکلات زیر را ایجاد کند:

- سینوزیت - عفونت گوش - پنومونی (ذات‌الریه) - سپسیس

راه‌های پیشگیری از آنفلوآنزا

دست‌های خود را بشویید.

هنگام عطسه یا سرفه، دهان و بینی خود را بپوشانید

تا حد امکان، از مکان‌های شلوغ دوری کنید

چه کسانی به واکسن آنفلوآنزا نیاز دارند؟

- زنان باردار
- کودکان زیر پنج سال
- افراد زیر ۱۸ سال که آسپرین دریافت می‌کنند
- افراد بالای ۶۵ سال
- افرادی که شاخص توده بدنی (BMI) آن‌ها ۴۰ یا بالاتر است
- هر فردی که در خانه سالمندان یا سایر مراکز مراقبتی کار یا زندگی می‌کند
- هر فردی که به بیماری‌های مزمن مثل آسم مبتلا است