



انفلوانزا یک بیماری ویروسی می باشد. این بیماری در هر سنی می تواند افراد را مبتلا سازد

علائم

از علائم آن تب ناگهانی، لرز، سردرد و درد عضلانی می باشد. بیماری تقریباً در تمام افراد مبتلا با سرفه خشک و گلودرد همراه است. اگر چه گاهی اوقات اکثر مردم یک سرماخوردگی شدید را با انفلوانزا اشتباه می گیرند اما در واقع انفلوانزا بسیار شدیدتر از سرماخوردگی می باشد. انفلوانزا غالباً سبب ضعف و ناخوشی کامل در فرد می گردد اما پس از ۲ تا ۷ روز حال شخص بهبود می یابد. با این وجود این بیماری را باید بویژه نزد سالخوردگان و افراد مبتلا به ناراحتی های مزمن، جدی تلقی کرد. انفلوانزا یک بیماری شدیداً واگیردار است که از شخصی به شخص دیگر توسط سرفه یا عطسه منتقل می گردد. علائم بیماری ۱ تا ۴ روز پس از ورود ویروس به بدن تظاهر می یابد.

در صورت ابتلا به بیماری چه باید کرد؟

برای مقابله با انفلوانزا معمولاً راههای ساده ای وجود دارد نوشیدن مایعات به مقدار زیاد، استراحت و تغذیه خوب بسیار موثر است. (نظر عمومی در مورد پرهیز غذایی صحیح نیست) از داروهای مسکن مانند استامینوفن که در کاهش بی و درد موثر است، می توان استفاده نمود. البته از مصرف بیش از حد آن نیز باید پرهیز نمود. اگر شخص جوان و در سلامت کامل باشد نیازی به مشورت با پزشک معالج خود ندارد مگر آنکه نسبت به روزهای قبل حالش بدتر شود و یا هنوز پس از یک هفته سرفه اش قطع نشده باشد. در صورتیکه فرد مبتلا از قبل نیز دچار برخی بیماریها ی دیگر باشد، باید فوراً پزشک معالج خود را در جریان قرار دهد. در این مواقع ممکن است انجام آزمایش و یا در صورت لزوم، عکسبرداری از قفسه سینه نیاز باشد. این بیماری عبارتند از: - بیماریهای ریوی از قبیل آسم، برونشیت مزمن، آمفیژم، برونشکتازی و تنگی نفس - بیماریهای قلبی - بیماریهای کلیوی - دیابت (مرض قند) و نارسایی های هورمونی - نقص سیستم ایمنی که ممکن است ناشی از بیماریهای اولیه یا به علت درمان دارویی خاص باشد. این مشکل زمانی بروز می نماید که ویروس انفلوانزا سبب ضعف سیستم دفاعی بدن خصوصاً ریه شود.

دیگر خطرات ناشی از انفلوانزا

انفلوانزا می تواند مشکلات حاد و جدی را برای سلامت فرد کند. این مسئله زمانی رخ می دهد که سیستم دفاعی بدن در مقابل عفونت های دیگر، بویژه عفونت ریوی، توسط ویروس انفلوانزا ضعیف شده باشد. شایع ترین عارضه، ذات الریه می باشد. اگر شخصی علیرغم بیماریهای ریوی مانند آسم، برونشیت مزمن و بروتشکتازی، به انفلوانزا نیز مبتلا شود، بیماریهای زمینه ای تشدید می یابند. سالخوردگان بیش از همه در معرض خطر این عوارض هستند. در زمستان ۱۹۸۹ که انفلوانزای شدیدی سراسر انگلستان را فرا گرفته بود به مرگ بیش از ۲۰۰۰۰ تا ۳۰۰۰۰ نفر (اضافه بر مرگ و میر معمولی سالیانه) منجر شد که مرگ نیمی از آنان به دلیل بیماریهای ریوی بود. مابقی بر اثر بیماریهای قلبی، سکت و دیابت جان خود را از دست دادند.

واکسن انفلوانزا از یک نوع ویروس زنده ضعیف شده که در تخم مرغ رشد می کند تهیه می گردد.

واکسیناسیون از طریق تزریق به قسمت بالایی بازو انجام می گیرد . بزرگسالان تنها سالی یک بار به واکسیناسیون نیاز دارند که از زمان تزریق دو هفته طول می کشد تا شخص را در مقابل انفلوانزا حفاظت نماید . کودکان زیر ۱۲ سال که برای اولین بار واکسینه می شوند نیاز به دو بار تزریق، در فواصل ۴ تا ۶ هفته دارند. چون فصل ابتلا بیشتر در اواخر پاییز می باشد پزشکان واکسیناسیون را در اوایل پاییز توصیه می کنند.

چه افرادی باید مقابل انفلوانزا واکسینه شوند؟

واکسن انفلوانزا برای تمام افراد قویا توصیه می شود (به ویژه سالخوردگان مبتلا به بیماری های دیگر و افرادی که بیماریهای همراه دیگر که در صفحه دوم به آن اشاره شده است را دارند . زیر اینگونه افراد در صورت ابتلا به انفلوانزا بیشتر در معرض خطرات جدی هستند. واکسیناسیون

همچنین افرادی که در آسایشگاه سالمندان و در مکان هایی به مدت طولانی اقامت دارند نیز توصیه می گردد.

آیا واکسن انفلوانزا بی خطر است ؟

واکسن انفلوانزا کاملا بی خطر می باشد . اما در افرادی که حساسیت به پروتئینهای تخم مرغ دارند می تواند حساسیت ایجاد نماید. فردی که می داند به تخم مرغ آلرژی دارد، نباید این واکسن را تزریق کند . گاهی اوقات محل تزریق دردناک می شود و گاهی عارضه شبیه انفلوانزا خفیف، ۱۲ ساعت پس از تزریق شروع می شود و تا ۴۸ ساعت به طول می انجامد.

تا چه حد واکسیناسیون انفلوانزا موثر است ؟

اگر شخصی از سلامتی مناسبی برخوردار باشد واکسیناسیون ، امکان ابتلا به بیماری انفلوانزا را تا حدود ۶۰ درصد کاهش می دهد . در افراد ضعیف تر درجه حفاظت واکسن کمتر است ولی اگر تزریق صورت گیرد، شدت انفلوانزا کمتر می شود. با توجه به اینکه ویروس آنفلوانزا هر ساله شکل ژنتیکی خود را تغییر می دهد ، اثرات مثبت واکسیناسیون تنها برای یک فصل (زمستان) باقی می ماند .

سازمان بهداشت جهانی سعی دارد تا خصایص ژنتیکی ویروس را که هر ساله تغییر می کند تشخیص دهد. تا بدین وسیله واکسن جدید ، هر ساله بر پایه همین پیش بینی ها ، تهیه شود.