

## علائم آنفولانزا و راه های درمان آن



آنفولانزا یک بیماری ویروسی بسیار مسری است که می تواند در کودکان و بزرگسالان و در هر سنی اتفاق افتد. این بیماری که اغلب در ماه های زمستان که افراد وقت بیشتر در تماس نزدیک با یکدیگر صرف میکنند رخ می دهد. عامل آن ویروسی است که به راحتی از شخصی به شخص دیگر از طریق گسترش ترشحات آلوده تنفسی منتقل می شود.

بر اثر عوارض آنفولانزا بیش از 200,000 نفر در ایالات متحده آمریکا در هر سال در بیمارستان بستری می شوند. بیماری در کودکان کم سن و افراد مسن تر بزرگسال، زنان باردار ، و افرادی که دارای برخی مشکلات بهداشتی اساسی مانند سوء تغذیه ، آسم و یا اشکال دیگر بیماری های ریه هستند، جدی تر است.

شیوع چند نوع شدید و گسترده آنفولانزا در قرن بیستم (همه گیری جهانی یا پاندمی) ، منجر به مرگ میلیونها نفر از مردم در سراسر جهان شده اند. از جمله ویروس های آنفلوانزای حیوانات (که معمولا از پرندگان و یا خوک) انسان به خاطر عدم وجود هیچ ایمنی قبلی به این ویروس آلوده می شود.

آنفلوانزای نوع خوک یا H1N1 آنفلوانزای خوک یک نوع ویروس آنفلوانزا که باعث عفونت خوکها میشود. نوع جدیدی از ویروس آنفلوانزای H1N1 ، که ترکیبی از انواع خوک ، مرغی و انسانی است، اولین بار در ماه مارس سال 2009 در مکزیک دیده شد. اما به سرعت موارد عفونت انسانی زیادی با این نوع از ویروس در بسیاری از کشورها در سراسر جهان دیده شده است.

عوارض عفونت با نوع خوک ویروس آنفلوانزای H1N1 مشابه آنفلوانزای فصلی هستند، از جمله این علائم می توان تب، سرفه، گلودرد، درد عضلانی ، سردرد، لرز و خستگی و همچنین استفراغ و اسهال را نام برد، که دو مورد آخر متفاوت از آنفلوانزا فصلی هستند. این ویروس می تواند از فردی به فرد دیگر توسط سرفه و یا عطسه، یا با دست زدن به اشیای آلوده به این ویروس و سپس زدن دست به بینی و یا دهان خود گسترش یابد. اما با خوردن گوشت خوک آلوده شده به آنفلوانزا H1N1 بیماری منتقل نمی شود.

دوره سرایت یک فرد، از یک روز قبل از علائم شروع شده ، تا حدود هفت روز پس از بروز بیماری، تا زمانی که تب روکش کند. در کودکان ممکن است بیماری برای بیش از هفت روز مسری باشد.

### علائم آنفلوانزای رایج یا فصلی

علائم آنفلوانزای فصلی می تواند از شخصی به شخص دیگر متفاوت باشد، اما معمولا شامل تب ، سردرد ، درد عضلانی و خستگی ؛ سرفه و گلو درد می باشد. بیماران مبتلا به آنفلوانزا معمولا دو تا پنج روز تب دار هستند برخلاف تب در دیگر بیماری های ویروسی دستگاه تنفسی فوقانی است که معمولا بعد از 24 تا 48 ساعت از بین می رود.

برخی از افراد علائمی مانند سرماخوردگی را تجربه می کنند در حالی که برخی دیگر از تب و درد عضلانی رنج می برند. علائم معمولا بیش از دو تا پنج روز بهبود می یابند، اگرچه بیماری ممکن است برای یک هفته یا بیشتر نیز طول بکشد. ضعف و خستگی ممکن است برای چند هفته نیز باقی بماند. عوارض آنفلوانزا:

عوارض آنفلوانزا در بعضی از افراد رخ می دهد؛ عارضه شایع ذات الریه است. ذات الریه یک عفونت جدی در ریه ها بوده و به احتمال زیادتر در بیماران بیش از 65 سال سن رخ می دهد، ساکنان خانه های مراقبت های طولانی مدت

مانند خانه سالمندان یا خانه معلولین، و کسانی که به بیماری های اساسی مانند دیابت ، و یا مشکلات جدی قلب و ریه ها مبتلا هستند نیز در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

## تشخیص آنفلوانزا

آنفلوانزا معمولا بر اساس علائم رایج آن (تب ، سرفه و درد عضلانی) که در طی یک دوره شیوع در جامعه تشخیص داده شود، انجام می شود. آزمون های آزمایشگاهی برای تست آنفلوانزا در موارد شیوع آنفلوانزاهای جدید در یک جامعه برای تعیین نوع ویروس انجام می شود.

## درمان آنفلوانزا

### موارد نیاز به ارزیابی سریع پزشکی:

اغلب مبتلایان به آنفلوانزا ظرف یک تا دو هفته بدون درمان بهبود می یابند. با این حال، عوارض جدی آنفلوانزا ممکن است که رخ دهد. در صورت بروز هر یک از موارد زیر بلافاصله باید با پزشک تماس گرفت:

- کم آوردن نفس و یا تنگی نفس
- تغییر رنگ بنفش و یا آبی لب ها
- درد یا فشار در قفسه سینه و یا شکم
- نشانه های کم آبی ، مثل بروز سرگیجه در حالت ایستاده ، ادرار بسیار کم یا غلیظ و یا در نوزادان، فقدان اشک در زمان گریه
- گیجی یا عدم پاسخ به محرک های محیطی
- تشنج
- استفراغ شدید و عدم توانایی نوشیدن مایعات

## درمان عوارض

- درمان عوارض آنفلوانزا می تواند به بیمار کمک کند تا احساس بهتری داشته باشد، اما طول مدت آنفلوانزا کوتاه نخواهد شد.
- استراحت تا زمانی که به طور فروکش کردن کامل علائم آنفلوانزا، به خصوص در موارد بیماری شدید
- مایعات: نوشیدن نوشابه مایعات به اندازه کافی برای جلوگیری از کم آبی

## درمان دارویی

استامینوفن: برای تسکین تب ، سردرد ، و درد عضلانی. آسپرین و داروهای دیگری مانند آسپرین و داروهای حاوی آن (به عنوان مثال ، بیسموت) به خصوص در کودکان زیر 18 سال، باید اجتناب شود ، چرا که از آن می تواند به یک بیماری جدی بنام سندرم Reye منجر شود.

منبع: سلامتی برای همه