

در باره بیماری آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) چه می‌دانید؟

این اطلاعات توسط پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی تهیه شده است. برای کسب اطلاعات جدیدتر درباره بیماری آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) می‌توانید به پایگاه های اینترنتی زیر مراجعه کنید:

(به زبان فارسی)

<http://flu.behdasht.gov.ir>

(به زبان انگلیسی)

<http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

<http://www.cdc.gov/h1n1flu/>

☺ آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) چیست؟

یک بیماری تنفسی بسیار مسری است که از انسان به انسان منتقل می‌شود.

☺ عامل آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) چیست؟

عامل بیماری، ترکیبی جدید از ویروس‌های آنفلوآنزای خوکی، انسانی و پرندگان است.

☺ چرا به این آنفلوآنزا، نوع A می‌گویند؟

بطور کلی بیماری آنفلوآنزا دارای سه نوع A، B و C است. آنفلوآنزای نوع C انسان را مبتلا نمی‌کند. آنفلوآنزای نوع B سبب ابتلا به نوع خفیف بیماری می‌شود و آنفلوآنزای نوع A، نوع خطرناک بیماری است که میان انسان و حیوان مشترک است.

☺ H1N1 یعنی چه؟

H و N حروف اول و مخفف کلمات «نورامینیداز» و «هماگلوبین» هستند که نام دو آنتی ژنی هستند که بر روی غشاء سلولی ویروس آنفلوآنزای نوع A قرار دارند.

☺ چرا این بیماری اهمیت دارد؟

قدرت انتقال آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) دو تا سه برابر آنفلوآنزای فصلی (آنفلوآنزای معمولی) است و این موضوع باعث شده است که این بیماری به سرعت در جهان گسترش پیدا کند.

☺ آیا قبلاً سابقه پاندمی (گسترش جهانی)

آنفلوآنزا وجود داشته است؟

بله. گسترش جهانی آنفلوآنزا در سال ۱۹۱۸ میلادی منجر به آلوده شدن ۳۵-۲۵٪ از مردم دنیا شد و میلیون‌ها نفر به دلیل ابتلا به این بیماری، جان خود را از دست دادند.

☺ چرا توجه به این بیماری در ایران بیشتر شده

است؟

چون پیش‌بینی می‌شود که در فصل پائیز تعداد بیماران به شدت افزایش خواهد یافت. با توجه به این که فصل پاییز، مصادف با بازگشایی مدارس و دانشگاه‌ها است، احتمال گسترش این بیماری بسیار زیاد بوده و شاید ۲۲ تا ۳۳ درصد از جمعیت کشور، بیمار شوند.

☺ سرنوشت بیماران آنفلوآنزای H1N1 چیست؟

۹۸ درصد از بیماران، بدون بستری شدن بهبود یافته یا درمان می‌شوند و حدود یک تا دو درصد از کل بیماران فوت خواهند کرد.

☺ آنفلوآنزای H1N1 چگونه پخش می‌شود؟

انتقال آن مانند بیماری سرماخوردگی است؛ یعنی بیشتر از طریق ذراتی است که از طریق سرفه و عطسه پرتاب می‌شوند. گاهی انتقال از طریق تماس با سطوح آلوده به ترشحات تنفسی اتفاق می‌افتد.

☺ ویروس آنفلوآنزا چه مدت در سطح اشیاء

(مانند کتاب، سکه، دستگیره در) زنده

می‌ماند؟

ویروس می‌تواند ۲ تا ۸ ساعت در محیط، زنده مانده و افراد را آلوده کند.

☺ یک بیمار تا چه مدتی بقیه را آلوده می‌کند؟

افراد بیمار از یک روز قبل از شروع علائم و تا ۷-۵ روز بعد از آن می‌توانند دیگران را آلوده کنند. کودکان و افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، می‌توانند به مدت بیشتری دیگران را آلوده به ویروس کنند.

😊 علائم آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) چیست؟

علائم اصلی عبارت از تب، سرفه، گلو درد، آبریزش بینی، بدن درد، سردرد، خستگی، لرز، اسهال و استفراغ است. گاهی سیر بیماری سریع و پیشرونده بوده و منجر به بروز عوارض و گاهی مرگ می‌شود.

بیماران با تب بالا و بیش از سه روز، به ویژه اگر حال عمومی آنها مناسب نباشد نیاز به بستری دارند. همچنین در صورت بروز علائمی مانند مشکل تنفسی، درد یا احساس فشار در قفسه سینه یا شکم، سرگیجه ناگهانی، استفراغ شدید یا مداوم، لازم است بیمار بستری شود. در کودکان ممکن است که رنگ پوست کبود شده و استفراغ شدید و عدم توانایی نوشیدن مایعات و اختلال سطح هوشیاری وجود داشته باشد که در این صورت، کودک نیازمند بستری در بیمارستان است.

😊 وقتی بیمار شدیم چه کار کنیم؟

در خانه بمانید و استراحت کنید. مایعات فراوان بنوشید. دهان و بینی خود را بپوشانید (بخصوص هنگام سرفه و عطسه). دستها را مرتب با آب و صابون بشوئید. اصول بهداشتی را رعایت کنید و در صورت شدید شدن علائم، حتماً به پزشک مراجعه کنید.

😊 آیا آنفلوآنزای H1N1 (نوع A) واکسن دارد؟

تاکنون واکسن مورد تایید برای این بیماری ارائه نشده است.

😊 آیا برای بیماری آنفلوآنزای H1N1 (نوع A)

دارویی وجود دارد؟

این آنفلوآنزا هم مانند سایر انواع آنفلوآنزا ممکن است خودبخود خوب شود. داروهای ضدویروس، هم شدت بیماری را کم می‌کنند و هم از عوارض بیماری جلوگیری می‌کنند. فعلاً دو داروی Oseltamivir (Tamiflu) و Zanamivir (Relenza) موثر شناخته شده‌اند. هشدار: برای کنترل تب از مصرف آسپیرین برای کودکان و نوجوانان خودداری کنید؛ زیرا می‌تواند باعث بیماری کمیاب اما خطرناک "سندرم ری" شود.

😊 چگونه می‌توان از ابتلاء به بیماری H1N1 (نوع

A) پیشگیری کرد؟

۱- دهان و بینی خود را حین سرفه و عطسه با دستمال کاغذی بپوشانید. اگر دستمال به همراه ندارید، هنگام عطسه یا سرفه قسمت داخلی آرنج خود را در برابر دهان و بینی بگیرید تا دستانتان آلوده نشوند.

۲- دستمال کاغذی استفاده شده را بلافاصله پس از مصرف در سطل زباله درب دار بیندازید.

😊 بقیه روش های پیشگیری:

۳- دستهای خود را مرتب با آب و صابون و یا محلولهای ضدعفونی حاوی الکل بشوئید، بخصوص زمانیکه عطسه یا سرفه می‌کنید.

۴- اگر علائم شبیه آنفلوآنزا دارید حداقل یک متر از بقیه فاصله بگیرید.

۵- به چشم، دهان و بینی خود دست نزنید چون ویروس از این راه ها وارد بدن می شود.

۶- هنگام سلام و احوالپرسی از دست دادن، در آغوش گرفتن و بوسیدن خودداری نمایید.

۷- اگر علائم شبیه آنفلوآنزا دارید در منزل بمانید و به محل کار و مدرسه نروید. اگر از خانه خارج شدید، حتماً از ماسک استفاده کنید.