

بیماری آنفلوآنزا

بیماری آنفلوآنزا یک بیماری ویروسی حاد تنفسی است که بوسیله سه نوع ویروس آنفلوآنزا (A, B, C) ایجاد می شود انواع B و C ویروس آنفلوآنزا تنها در انسان قابلیت ایجاد بیماری را دارد ولی ویروس نوع A علاوه بر انسان توانایی ایجاد بیماری در بسیاری از حیوانات از جمله پرندگان و پستانداران را نیز دارد. از آنجایی که این نوع آنفلوآنزا اولین بار در خوک ها ایجاد بیماری نمود و سپس به انسان منتقل گردید و هم اکنون از انسان به انسان قابل انتقال می باشد به این دلیل به آنفلوآنزای نوع A با منشا خوک معروف گردیده است در حال حاضر کلیه کشور های جهان به ویروس این بیماری آلوده گردیده اند زیرا این ویروس به شدت قابلیت انتقال و همه گیری را دارد که کشور ایران نیز از این بیماری در امان نبوده و تا تاریخ 18/6/88 تعداد 357 نفر به این بیماری مبتلا شده اند. با توجه به اینکه انسان ها در برابر این ویروس جدید بسیار حساس هستند تخمین زده می شود حدود 30-10% جمعیت کشور به این بیماری مبتلا گردند و 5% مبتلایان نیاز به بستری در بیمارستان را پیدا کنند لذا ضرورت دارد کلیه افراد با این بیماری، راههای انتقال آن، علائم آن و از همه مهمتر با چگونگی پیشگیری از ابتلا به بیماری که بسیار ساده می باشد آشنا شوند.

راه انتقال بیماری :

از طریق عطسه و سرفه افراد آلوده به افراد سالم منتقل می شود، همچنین از طریق سطوح آلوده به ترشحات شخص آلوده می تواند به دیگران انتقال یابد.

علائم بیماری آنفلوآنزا (نوع A):

علائم بیماری آنفلوآنزا نوع A با منشا خوک مشابه با آنفلوآنزای فصلی می باشد که شامل تب و لرز - سردرد - خستگی - درد عضلانی - آبریزش بینی و چشم و بی اشتها می باشد.

اما در این بین واضحترین علامت تب ناگهانی و بالا می باشد که ممکن است حتی به 40 الی 41 درجه برسد. از دیگر علائم سردرد - درد عضلانی (در اندامها و ناحیه پشت) و در کودکان درد ساق پا - گلودرد و سرفه خشک می باشد. علیرغم اینکه بیماری پس از سه روز فروکش می کند اما بدلیل آنکه ابتلا به این بیماری عوارض زیادی به خصوص

در سالمندان (افراد بالای 65 سال) ، زنان باردار، کودکان زیر 5 سال و مبتلایان به بیماریهای قلبی - ریوی - نقص سیستم ایمنی - کلیوی ایجاد می کند باید به محض بروز علائم به پزشک مراجعه نمود .

چگونه می توان خود و دیگران را در برابر بیماری آنفلوانزا محافظت کرد ؟

- جلوی بینی و دهان خود را با دستمال یکبار مصرف در هنگام سرفه و عطسه بپوشانید.
- دستمال استفاده شده را بعد از مصرف فوراً در سطل زباله درب دار بیندازید .
- روزانه چندین بار دستها را با آب و صابون بشویید .
- اگر نشانه های آنفلوانزا را دارید فوراً به دستورات پزشکی عمل کنید .
- اگر نشانه های بیماری آنفلوانزا را دارید فاصله خود را با دیگران حداقل به میزان یک متر حفظ کنید .
- اگر علائم بیماری آنفلوانزا را دارید از رفتن به محل های پرجمعیت ، محل های کار و مدرسه خودداری کنید. در خانه بمانید و استراحت ، خواب کافی ، مصرف مواد غذایی مناسب و نوشیدن مایعات فراوان داشته باشید .
- در هنگام دید و بازدید از آغوش گرفتن و بوسیدن و دست دادن با یکدیگر خودداری نمائید .
- رعایت این نکته بالآخر به زائرین و بازدید کنندگان ایشان تاکید می گردد زیرا اولین موارد ابتلا به این بیماری در ایران در زائرین مشاهده گردید که در عربستان و عتبات عالیات و به ویروس این بیماری بدلیل تجمع افراد زیادی از کشورهای مختلف جهان آلوده گردیده بودند .
- از تماس دست های نشسته با چشم، دهان و بینی خودداری کنید .
- در صورت تماس با افراد آلوده و یا بروز علائم بیماری به پزشک یا مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید . **اصول پیشگیری از بیماری آنفلوانزا در مساجد و تکایا :**
- سیستم های تهویه مساجد و شبستانها و محلهای اقامه نماز به طور کامل بازنگری و سریعاً تعمیر و راه اندازی شود .

- در زمان تجمع نمازگزاران و کسانی که به منظور ادای مراسم و فریضه در این مکان حضور می یابند سیستمهای تهویه ای و هواکشها روشن بوده و حداقل دو درب سالن تجمع در دو نقطه مقابل باز نگه داشته شود (جهت برقراری جریان هوا)
- به میزان کافی دستمال کاغذی در محل مساجد موجود بوده و در معرض دید حاضرین قرار داشته باشد.
- به افرادی که دارای علائم شبیه سرما خوردگی هستند (سرفه، عطسه، تب و سردرد) توصیه شود ضمن استفاده از دستمال کاغذی فاصله 2 متری از دیگران را رعایت نموده و ترجیحاً به منزل جهت استراحت مراجعت نمایند.
- کلیه نمازگزاران و علاقه مندان به شرکت در مراسم، جانماز و سجاده و یا حداقل یک پارچه تمیز بعنوان سجاده و مهر و تسبیح به همراه داشته باشند. (مسئول کنترل موارد فوق خادمین مساجد و متولیان و برادران و خواهران بسیجی خواهند بود)
- دستمال های کاغذی استفاده شده در پلاستیکهای مخصوص جمع آوری و داخل سطل زباله درب دار ریخته شده و از محیط خارج گردد (درب کیسه های زباله بایستی گره زده و کاملاً بسته شده باشد).
- امکانات حفاظت فردی شامل ماسک و دستکش در اختیار فرد تخلیه کننده سطهای زباله گذارده شود.
- صابون مایع به اندازه کافی در محل های روشویی و وضوخانه موجود باشد.