

## آنفلانزا چیست؟



آنفلانزا یک عفونت ویروسی است که بینی، گلو و ریه را درگیر می‌کند. علائم این بیماری شامل تب، درد بدن، سر درد، خستگی، بی‌اشتهایی، سرفه، خشک، احساس خشکی یا زخم در گلو می‌باشد که به صورت ناگهانی ایجاد می‌شوند. آنفلانزا با سرماخوردگی متفاوت است و علائم شدیدتری دارد.

آنفلانزا یک عفونت ویروسی است که بینی، گلو و ریه را درگیر می‌کند. علائم این بیماری شامل تب، درد بدن، سر درد، خستگی، بی‌اشتهایی، سرفه، خشک، احساس خشکی یا زخم در گلو می‌باشد که به صورت ناگهانی ایجاد می‌شوند. آنفلانزا با سرماخوردگی متفاوت است و علائم شدیدتری دارد. بیشتر افراد بدون عارضه خوب می‌شوند اما برخی اوقات عفونت باکتریایی، هم به آن اضافه می‌شود مانند عفونت گوش، عفونت سینوسها، التهاب مجاری، همد، (ده‌نشست). مراقبت خوب در منزل می‌تواند از ایجاد این عوارض جلوگیری کند. عفونت ریه‌ها عارضه‌ی خطرناکتری است که ممکن است در برخی افراد ایجاد شود. کودکان زیر ۲ سال، افراد بالای ۶۵ سال و افرادی که بیماری جدی دارند بیشتر دچار این عارضه شده و ممکن است در بیمارستان بستری گردند.

عوامل ایجاد کننده آنفلانزا چیست؟  
آنفلانزا یک بیماری ویروسی است. ویروس‌های آنفلانزای (آ) و (ب) بیماری را ایجاد می‌کنند. ویروس نوع (آ) معمولاً عامل ایجاد کننده‌ی شیوع سالانه‌ی آنفلانزا است. این ویروسها مدام در حال تغییر خود هستند و انواع جدیدی ایجاد می‌کنند که خصوصیات متفاوتی دارد. به همین دلیل ساختمان ویروس از سالی به سال دیگر تغییر می‌کند و واکسنها و حتی داروها، اثربخشی باید تغییر کنند.

علائم بیماری چیست؟  
از مواجهه با ویروس تا ایجاد علائم یک تا چهار روز طول می‌کشد. ابتدا خشکی گلو، آبریزش بینی و احساس زخم در گلو ایجاد می‌شوند. سه تا چهار روز بعد علائم، مانند تب، سرفه، درد بدن، سردرد، خستگی، ایجاد می‌شوند. در آنفلانزا تب‌ها استفاغ با اسهال دیده نمی‌شود. زمان شیوع بیماری اواخر پاییز و اوایل زمستان است. آنفلانزا چگونه تشخیص داده می‌شود؟  
تشخیص بیماری را از روی علائم آن تشخیص می‌دهند. با این وجود آزمایشهایی جهت کمک به تشخیص وجود دارند.

درمان آنفلانزا:  
داروهای ضد ویروسی برای کاهش شدت و طول مدت علائم وجود دارند اما درمانهای خانگی می‌توانند موثر باشد. بیشتر افراد بدون مصرف دارو خوب میشوند. مصرف مایعات، استراحت، و بخور برای مرطوب کردن مجاری تنفسی کمک کننده است.

از پزشک خود درخواست تجویز آنتی بیوتیک نکنید چون آنتی بیوتیک تنها بر عفونت باکتریایی تاثیر دارد. مصرف بیش از حد مکملها و هورمونها نیز تاثیر بد شدت و طبع آنها در دهه ۱۹۵۰ میلادی نداشت. داروهای ضد ویروسی نیز وجود دارند که بیشتر در سالمندان و کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند و در معرض خطر عوارض هستند به کار می‌رود. درمان دارویی باید در دو روز اول آغاز علائم بیماری شروع شود و گرنه تاثیر زیادی نخواهد داشت. داروها در مقابل همه‌ی انواع ایجاد کننده‌ی آنفلانزا موثر نیستند.

بیشترین تاثیر داروها به صورت هفتگی، ماهانه، از ابتلا به آنفلانزا بیشترین تاثیر را دارد.  
بسیاری از افراد می‌توانند به این طریق از ابتلا به آنفلانزا در امان باشند. واکسیناسیون در این افراد توصیه می‌شود:

- کودکان ۶ ماه تا ۲ سال
- افراد بالای ۵۰ سال
- افراد مبتلا به آسم، بیماری مزمن قلبی و ریوی، یا اختلال سیستم ایمنی بدن
- زنان باردار در فصول شتاء و زمستان

تماس نزدیک فرد با بیمار مبتلا به آنفلانزا مانند اعضای خانواده یا کارکنان مراکز درمانی فرمی از واکسن حاوی ویروس زنده نیز وجود دارد که به صورت اسپری بینی در کودکان سالم و افراد بین ۵ تا ۴۹ سال می‌تواند استفاده شود. زنان باردار و افراد مبتلا به اختلال سیستم ایمنی بدن نباید از این نوع واکسن استفاده کنند.

مترجم: دکتر سمیرا سرخوش