

آنفلوانزا دوباره می‌آید

«آنفلوانزا جان دانش‌آموزان مبتلا به بیماری‌های قلبی و تنفسی را به خطر می‌اندازد».



171#؛ آنفلوانزا جان دانش‌آموزان مبتلا به بیماری‌های قلبی و تنفسی را به خطر می‌اندازد.

این خبری بود که هفته گذشته رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های وزارت بهداشت به آن اشاره کرد و گفت: بیماری آنفلوانزا طی روزهای آینده در کشور گسترش می‌یابد. دکتر محمدمهدی گویا اظهار داشت: در حال حاضر وارد فصل آنفلوانزا شده‌ایم. این بیماری در برخی نقاط کشور از جمله استان‌های خراسان رضوی، قم، همدان، تهران، اصفهان و شیراز مشاهده شده است که البته همه ساله در این هنگام مشاهده می‌شود و موضوعی غیرعادی نیست.

رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های وزارت بهداشت ادامه داد: آنفلوانزا بیماری‌ای نیست که بتوان جلوی آن را گرفت، اما می‌توان طول مدت گردش آن در جامعه را کاهش داد؛ به این شکل که مبتلایان به این عارضه از تماس با دیگران پرهیز کنند که در این صورت شانس انتقال بیماری کم می‌شود. اما متأسفانه به این نکته توجه نمی‌شود و این موضوع به‌خصوص در بین دانش‌آموزان شدیدتر است.

وی اضافه کرد: ظرف روزهای آینده احتمالاً شاهد افزایش این بیماری هستیم. این در حالی است که دکتر مسعود مردانی، متخصص عفونی و عضو کمیته کشوری آنفلوانزا، در گفت‌وگو با همشهری، در تشریح علائم این بیماری می‌گوید: بیماری آنفلوانزا در زمستان و با افزایش موارد ابتلا، تا 10 درصد، افراد جامعه را درگیر می‌کند که اگر اینها از افراد در معرض خطر باشند، دوره بیماری‌شان طولانی‌تر و عوارض آن بیشتر خواهد بود. به گفته وی مثلاً یک فرد 65 ساله اگر مبتلا به آنفلوانزا شود، چندبرابر بیشتر از افراد جوان می‌تواند در معرض عوارض این بیماری باشد؛ مثل ذات‌الریه که به دنبال آنفلوانزا موجب بستری شدن فرد خواهد شد. به عقیده دکتر مردانی افراد در معرض خطر شامل افراد مسن، کودکان، زنان باردار، مبتلایان به ایدز و... هستند که باید هر ساله تا قبل از فصل زمستان اقدام به تزریق واکسن آنفلوانزا کنند. البته این در حالی است که به عقیده متخصصان، واکسن آنفلوانزا هر سال باید در این افراد تجدید شود چون گونه ویروس آن هر سال جهش می‌کند و این واکسن فقط یک‌سال می‌تواند فرد را مصون نگه دارد.

شیوع آنفلوانزای جدید در اواخر زمستان

به هر حال دکتر مردانی در ادامه خاطرنشان می‌کند: علاوه بر این آنفلوانزای فصلی، نباید فراموش شود که موارد تک‌گیر آنفلوانزای H1N1 هم همچنان وجود دارد که البته به نسبت سال قبل خیلی کمتر است ولی در این میان یک نوع آنفلوانزا شایع شده است به نام آنفلوانزای B که عین آنفلوانزای معمولی است فقط علاوه بر سرفه، عطسه، کوفتگی و بدن درد و تب، فرد دچار علائم گوارشی مثل اسهال و شکم درد و استفراغ هم خواهد شد. به گفته عضو کمیته کشوری آنفلوانزا، الان این نوع بیماری به‌خصوص در تهران خیلی شایع شده، علاوه بر اینکه آنفلوانزای دیگری در اواخر زمستان و اوایل بهار گریبانگیر افراد می‌شود و به آنفلوانزای H3N2 معروف است؛ البته این نوع آنفلوانزا مثل سال‌های قبل همه‌گیر و اپیدمیک نخواهد شد. ضمن اینکه بنا به تأکید این متخصص عفونی، خوشبختانه واکسن آنفلوانزای معمولی می‌تواند علیه هر دو نوع جدید آنفلوانزا، افراد در معرض خطر را محافظت کند.

شستن دست، مهم‌ترین عامل پیشگیری

با این اوصاف علاوه بر واکسن، همیشه یکسری موارد پیشگیرانه در مورد کسانی که خود مبتلا به آنفلوانزا نشده‌اند ولی در خانواده‌ای زندگی می‌کنند که افراد مبتلا یا در معرض خطر در آن هستند، توصیه می‌شود. دکتر مردانی در این باره می‌گوید: نخستین نکته‌ای که همیشه توصیه می‌شود این است که اگر فردی در خانواده مبتلا به آنفلوانزا است، از منزل خارج نشود و در موقع سرفه و عطسه از دستمال یک‌بار مصرف استفاده کند؛ دستمالی که بعد از هر بار مصرف داخل ظرف زباله دردار انداخته شود. افراد مبتلا و حتی خانواده‌های آنها هم باید بعد از هر بار عطسه و سرفه دستان خود را با آب و صابون بشویند، چون آلودگی دست از طریق تماس با افراد دیگر و حتی غذا خوردن به دیگران منتقل می‌شود. به گفته دکتر مردانی، ثابت شده که شست‌وشوی دست موجب قطع زنجیره انتقال عفونت‌های ویروسی دستگاه تنفسی فوقانی از جمله آنفلوانزا می‌شود؛ علاوه بر این اگر یکی از اعضای خانواده به این بیماری مبتلا شد، از روبروسی و دست دادن با او پرهیز شود، ضمن اینکه استفاده از مایعات و ویتامین C و استراحت کافی در کاهش و بهبود علائم این بیماری بسیار مؤثر است.