

علائم بیماری

- تب و لرز
- سردرد
- گلودرد
- آبریزش بینی
- احساس گرفتگی بینی
- درد عضلانی
- بی حالی و بی اشتها
- سرفه خشک
- خشکی گلو
- اشک ریزش ، سوزش چشم



آنفلوانزا چیست؟

۱. بیماری آنفلوانزا یک بیماری عفونی حاد ویروسی دستگاه تنفسی است که به شدت واگیردار می باشد .
۲. عامل بیماری یک نوع ویروس است که می تواند انسان را بیمار کند .
۳. ویروس عامل بیماری به راحتی از فرد بیمار به انسان سالم منتقل می شود .



مرکز تخصصی آموزش و درمانی آیت ا... طالقانی

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی

بیماری آنفلوانزا

چگونه از خود محافظت کنیم؟



شماره سند: PF-IU-12

نوبت بازنگری: اول

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۰۱/۲۱

تهیه کننده:

کارشناس کنترل عفونت

راه های سرایت بیماری

- فرد مبتلا می تواند از یک روز قبل از بروز علائم تا هفت روز بعد، بیماری را به دیگران انتقال دهد.
- ویروس عامل بیماری، بوسیله ترشحات تنفسی بیماران از طریق سرفه و عطسه در محیط پخش شده و از راه های ذیل به افراد سالم منتقل می شود:

۱. استنشاق هوای آلوده به ترشحات تنفسی بیماران
۲. دست دادن ، در آغوش گرفتن و روبوسی با بیمار
۳. تماس با اشیاء آلوده به ترشحات تنفسی بیمار (مانند دستمال و سطوح آلوده)



چگونه از ابتلا به بیماری آنفلوانزا پیشگیری کنیم؟

- از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنیم. (حداقل فاصله یک متر را رعایت کنیم).
- هنگام احوالپرسی از دست دادن ، در آغوش گرفتن و روبوسی خودداری کنیم .
- اگر در خود علائم آنفلوانزا دیدیم، در منزل بمانیم و از حضور در اجتماعات و تماس با دیگران خودداری کنیم .

• هنگام سرفه یا عطسه ، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانیم.

• دستمال آلوده شده را بلافاصله پس از استفاده به طور مناسب دفع کنیم. (داخل کیسه نایلونی قرارداده و گره می زنیم و در سطل زباله بیاندازیم.)

• از مالیدن و تماس دست آلوده با چشمها ، بینی و دهان خودداری کنیم .

• دستها را به طور منظم در طی روز با آب و صابون بشوییم

• هر سال قبل از شروع فصل پاییز واکسن آنفلوانزا تزریق کنیم.

درمان

- استراحت در منزل
- مصرف مواد غذایی مناسب، سوپ، مایعات فراوان، میوه و سبزی مانند مرکبات، شلغم و..
- کنترل تب با استامینوفن و پاشویه
- مراجعه به پزشک یا مراکز درمانی در صورت عدم بهبودی و یا بدتر شدن علائم

