



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان  
بیمارستان هیئت امنایی حضرت علی ابن ابیطالب (ع)

## آنفلوآنزای نوع A [ H1N1 ]

تعریف بیماری

علائم بیماری

راههای انتقال

راههای پیشگیری

توصیه های مهم

تهیه و تنظیم:

سوپروایزر آموزشی

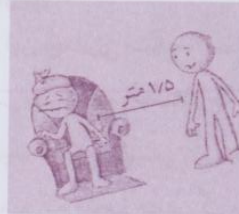
با همکاری کارشناس کنترل عفونت

پاییز ۱۳۹۴

۵) هنگام سلام و احوال‌پرسی از دست دادن و در آغوش گرفتن  
همدیگر خودداری نمایید.



۶) در صورت داشتن علائم بیماری ارتباط خود را با افراد دیگر  
به حداقل رسانده و فاصله خود را با دیگران حفظ کنید ( حداقل  
۱/۵ متر).



۷) از تمیز بودن اشیائی مانند تلفن، صفحه کلید و موس  
کامپیوتر، دستگیره درب‌ها و ... مطمئن شوید زیرا می‌توانند  
موجب انتقال ویروس شوند.

۸- در صورت داشتن علائم بیماری با استراحت و خواب کافی،  
مصرف مایعات فراوان و تغذیه مناسب در تسریع بهبودی خود  
تلاش نمایید.



۹- در صورت تشدید علائم بیماری به پزشک معالج مراجعه  
نمایند.



۵

توصیه های مهم:

برای این که به بیماری آنفلوآنزا مبتلا نشویم لازم است نکات زیر را  
رعایت کنیم:

۱) به هنگام عطسه یا سرفه با یک دستمال کاغذی جلوی دهان و بینی  
خود را بپوشانید و پس از استفاده آن در سطل زباله بیندازید.



۲) دست‌های خود را مرتباً با آب و صابون بشوئید.



۳) از لمس چشم‌ها، دهان و بینی با دست‌های آلوده خودداری نمایید.



۴) از تماس نزدیک با افراد مشکوک و بیمار پرهیز نمایید.



۴



### تعریف بیماری:

آنفلوآنزای نوع A بیماری حاد تنفسی به شدت واگیرداری است که می تواند از طریق تماس مستقیم با بیماران و یا وسایل آلوده به ویروس به افراد سالم منتقل می شود.

در صورت بی توجهی به رعایت اصول بهداشتی این بیماری می تواند در مدت کوتاه منجر به ابتلای افراد زیادی از جامعه شده و این همه گیری عواقب اجتماعی، اقتصادی و بهداشتی فراوانی در بر خواهد داشت.

ویروس آنفلوآنزا در هنگام سرفه یا عطسه و حتی صحبت کردن از طریق هوا به دیگران منتقل می شود.

افراد سالم با دست زدن به اشیاء آلوده به این بیماری مبتلا می شوند.

اکثریت قریب به اتفاق بیماران با رعایت نکات بهداشتی بهبود می یابند به جز افرادی که پرخطر محسوب می شوند که در صورت ابتلاء عوارض شدیدتری خواهند داشت.

### افراد پرخطر عبارتند از:

۱- اشخاص بالای ۶۵ سال و کودکان زیر ۵ سال.

۲- مبتلایان به بیماری های مزمن ریوی، قلبی و آسم، دیابت، مشکلات کلیوی، قصص ایمنی، افراد خیلی چاق، مبتلایان به سرطان فعال.

۳- زنان باردار.

۴- ساکنین خانه های سالمندان و آسایشگاه های بیماران مزمن.

### علائم بیماری

علائم بالینی این بیماری مشابه آنفلوآنزای فصلی انسانی و سایر بیماری های عفونت حاد دستگاه تنفسی می باشد اما طیف علائم بالینی از حالت خفیف تا پنومونی شدیدی که منجر به مرگ می شود متغیر است.

بطوری کلی علائم آنفلوآنزای نوع A (H1N1) عبارتند از:

مهمترین علائم بیماری **تب ، کلودرد ، سرفه و سردرد هستند.**

**لرز ، کوفتگی بدن ، احساس خستگی ، همچنین اسهال، استفراغ نیز در بعضی از بیماران مشاهده می شود.**

### راه های انتقال

۱- روش مستقیم ( راه اصلی ):

از طریق عطسه یا سرفه افراد آلوده.

۲- روش غیرمستقیم:

از طریق تماس دست به اشیاء آلوده و سطوح آلوده به ویروس.



### اقدامات پیشگیری:

پیشگیری در زمینه بیماری آنفلوآنزا نقش مهمی در جهت عدم گسترش این بیماری دارد.

به هنگام داشتن علائم بیماری باید حضور خود را در اماکن جمعی ( عمومی ) به حداقل برسانیم و از ماسک استفاده نمائیم، ارتباط نزدیک با افراد دیگر پرهیز کرده و با مصرف داروهای تببر، مسکن و استراحت در منزل و مصرف مایعات بهبودی خود را تسریع بخشیم.