

- تغییرات سطح هوشیاری اعم از گیجی ، خواب آلودگی
- کبود شدن لب ها و نوک انگشتان

### اصول درمان بیماران مشکوک به نوع خفیف

#### آنفلوانزا

- ❖ نوشیدن زیاد مایعات گرم، استراحت و خواب کافی
- ❖ برای کاهش درد و تب باید از استامینوفن استفاده شود، آسپرین به هیچ وجه نباید تجویز شود.
- ❖ استراحت و خواب کافی
- ❖ استفاده از غذاهای بدون ادویه
- ❖ تنفس در هوای مرطوب

#### مراقبت های لازم

- اتاق بیمار دارای تهویه مناسب باشد و همچنین نور مناسباًفتاب
- در صورتی که بیمار ناگزیر است با سایر افراد خانواده در تماس باشد ضمن حفظ فاصله توصیه می شود از یک ماسک پارچه ای یا یک دستمال کاغذی جلوی دهان و بینی خود را بپوشاند.

#### آنفلوانزا

یک بیماری حاد ویروسی است که هر ۲ الی ۳ سال با درجات مختلفی از شدت همه گیری پیدا می کند. ابتلای قبلی به آنفلوانزا تضمینی برای ابتلای بعدی ندارد.

#### چگونه انسان ها مبتلا می شوند؟

انتقال ویروس به وسیله سرفه، عطسه، تنفس روبرو و سخن گفتن با فاصله کمتر از یک متر، دست دادن با دست آلوده و به وسیله بوسیدن صورت آلوده و قرار گرفتن در محیطی با فاصله ای نزدیک تر از یک متر با شخص مبتلا می تواند موجب انتقال ویروس از شخصی به شخص دیگر شود و ایجاد بیماری نماید.

#### علائم بیماری:

تب، سردرد، درد عضلانی، عرق، آبریزش بینی، گلودرد و سرفه

#### علائم شدید:

- تنگی نفس در حال استراحت
- تنفس دشوار
- ضعف عضلانی شدید



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

#### آنفلوانزا



نویسنده مدرک	سودابه نجفی / کارشناس پرستاری
تایید کننده علمی	دکتر پناهی / متخصص داخلی
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۲
منبع	کتاب پرستاری برونر سودارت
کد سند	Pa-B1-53/01

### واکسیناسیون آنفلوانزا

رعایت اصول بهداشت فردی

- شست و شوی مکرر دست ها با آب و صابون
- استفاده از دستمال کاغذی
- پوشاندن دهان به هنگام عطسه و سرفه
- خودداری از دست به چشم ها و بینی در هنگام بیماری

### جلوگیری از انتشار بیماری

- اجتناب از حضور در تجمعات در فصل بیماری
- دفع بهداشتی زباله ها (دستمال کاغذی مصرف شده و غیره)
- استفاده از ماسک هنگام بیماری
- شست و شوی دست ها پس از تماس با افراد آلوده

- توصیه می گردد بیماران مبتلا به آنفلوانزا از حضور در اماکن عمومی، تماس با دیگران تا حداقل ۲۴ ساعت پس از رفع تب خودداری کنند.

### پیشگیری:

- ۱- استفاده از واکسن
- ۲- رعایت اصول بهداشتی فردی
- ۳- جلوگیری از انتشار بیماری

### واکسیناسیون آنفلوانزا

برای کسانی که بیشتر در معرض عوارض آنفلوانزا هستند واکسیناسیون سالیانه توصیه می شود.

این افراد عبارتند از : اشخاص بالای ۶۵ سال، مبتلایان به امراض قلبی، ریوی، دیابتی ها و کسانی که ضعف سیستم ایمنی دارند.

بیماران کلیوی و کارکنان واحدهای بهداشتی