

مراقب باشید؛ آنفلوانزا پشت در است / مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها ممنوع

بیماری آنفلوانزا انواع مختلفی دارد، برخی شدید و مرگ آور و برخی خفیف هستند، انواعی از این بیماری مانند آنفلوانزای خوکی اکنون جزو بیماری های فصلی هستند که هر سال در بین افرادی بروز می کند و البته بیماران مزمن که سطح ایمنی ضعیف تری دارند، در معرض خطرات جدی تری هستند.

به گزارش ایسکانیوز، بسیاری از مردم آنفلوانزا را با سرماخوردگی اشتباه می گیرند در حالی که آنفلوانزا بیماری ویروسی و واگیر است که می تواند در موارد شدید فرد را به کام مرگ بکشاند، سالیانه حدود ۵۰۰ میلیون نفر در دنیا به این بیماری مبتلا می شوند که حدود ۶۵۰ هزار نفر آنها فوت می کنند.

آنفلوانزا در همه گروه های سنی بروز می یابد و در واقع می توان آن را به بیماری شایع فصل سرما تشبیه کرد. بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت در هر دقیقه یک نفر ممکن است به آنفلوانزا مبتلا شود و مصرف نا به جای آنتی بیوتیک و ایجاد مقاومت میکروبی در بدن افراد نیز می تواند عوارض این بیماری را تشدید کند.

محمد قاسمی، متخصص بیماری های عفونی و استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران در این زمینه به خبرنگار ایرنا می گوید: آنفلوانزا یک بیماری ویروسی است که با تب ناگهانی، لرز، سردرد، سرفه خشک، گلو درد و درد عضلانی همراه است. وی ادامه می دهد: آنفلوانزا سبب ضعف و ناخوشی کامل در فرد شده و این بیماری را باید به ویژه نزد سالخوردگان و افراد مبتلا به ناراحتی های مزمن، قلبی و عروقی جدی تلقی کرد.

این پزشک، آنفلوانزا را یک بیماری واگیر شدید معرفی می کند که از طریق سرفه یا عطسه و تشرحات بدن منتقل می شود. علائم این بیماری معمولا یک تا چهار روز پس از ورود ویروس به بدن تظاهر می یابد.

سالیانه حدود ۵۰۰ میلیون نفر در دنیا به این بیماری مبتلا می شوند که حدود ۶۵۰ هزار نفر آنها فوت می کنند

کودکان و سالمندان در معرض خطرند

قاسمی با بیان اینکه کودکان زیر پنج سال و سالمندان بالای ۶۵ سال بیشتر در معرض ابتلا به آنفلوانزا هستند، می افزاید: افرادی که دچار بیماری های قلبی عروقی، ریوی، نقص ایمنی، سرطان یا دیابت باشند بیشتر در معرض خطر بیماری آنفلوانزا قرار دارند.

این متخصص بیماری های عفونی تصریح می کند: تحقیقات نشان داده افرادی که از بیماری های قلبی - عروقی رنج می برند در زمان ابتلا به آنفلوانزا ۶ برابر بیشتر از حالت عادی در معرض سکت قلبی قرار می گیرند.

قاسمی می گوید: در زمان ابتلا به آنفلوانزا ممکن است افراد دچار عفونت ثانویه شوند، عفونت ثانویه در کودکان، سالمندان و بیماران مبتلا به بیماری های ریوی، نقص ایمنی، سرطان و دیابت، به دلیل ضعف سیستم ایمنی ممکن است با خطراتی همراه باشد.

قاسمی ادامه می دهد: در عفونت ثانویه باکتری ها به بدن فرد مبتلا به آنفلوانزای ویروسی حمله کرده، با تشدید بیماری و همچنین ایجاد

عفونت‌های جدید در حلق، گوش و بینی و همین‌طور ریه، سبب تضعیف بیشتر سیستم ایمنی می‌شود و به دلیل عدم توانایی بدن این افراد در مبارزه با عفونت‌های ویروسی و باکتریایی حتی ممکن است جان خود را از دست بدهند. وی درباره راههای پیشگیری از ابتلا به آنفلوآنزا ادامه می‌دهد: تزریق واکسن آنفلوآنزا در ابتدای فصل سرما از مهمترین راههای پیشگیری در برابر این بیماری است.

وی توضیح می‌دهد: واکسن آنفلوآنزا یک واکسن غیرفعال حاوی ویروس کشته شده آنفلوآنزا است. این واکسن دستگاه ایمنی را تحریک می‌کند تا علیه ویروس آنفلوآنزا پادتن (آنتی‌بادی) بسازد.

بسیاری از مردم آنفلوآنزا را با سرماخوردگی اشتباه می‌گیرند در حالی که آنفلوآنزا بیماری ویروسی و واگیر است که می‌تواند در موارد شدید فرد را به کام مرگ بکشاند

واکسن آنفلوآنزا یک پیشگیری نسبی است

این پزشک اضافه می‌کند: تزریق این واکسن که باید اوایل پاییز انجام شود، یک پیشگیری نسبی است چرا که ویروس آنفلوآنزا به سبب خصوصیات ویژه ژنتیکی می‌تواند با تغییراتی در ساختار ژنتیکی و پروتئینی خود به اشکال جدیدی درآید که در مقابل واکسن مقاوم است. قاسمی می‌افزاید: رعایت بهداشت فردی از جمله اینکه افراد دستان خود را با آب و صابون بشویند مهمترین عامل پیشگیری از انتقال ویروس این بیماری است زیرا شایع‌ترین راه ابتلا به آنفلوآنزا لمس چشم، دهان، بینی، با دستان آلوده به ویروس است، باید از فردی که به آنفلوآنزا مبتلا شده حداقل یک تا دو متر فاصله گرفته شود.

وی اظهار می‌دارد: کسی که به آنفلوآنزا مبتلا شده بهتر است در خانه بماند و با حضور خود در مدرسه یا محل کار دیگران را بیمار نکند، هنگام عطسه و سرفه فرد بیمار باید جلوی دهان خود را با دستمال کاغذی بگیرد تا قطره‌های آلوده به ویروس در فضا پخش نشوند.

مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک‌ها ممنوع

وی می‌گوید: استفاده سرخود و بی‌رویه از آنتی‌بیوتیک‌ها می‌تواند سبب افزایش مقاومت دارویی در افراد شود و باید بر اساس تجویز پزشک باشد.

این متخصص بیماریهای عفونی ادامه می‌دهد: بیمار می‌تواند از داروهایی مانند استامینوفن برای کاهش تب، سردرد و دردهای عضلانی استفاده کند البته مصرف آسپرین در افراد زیر ۱۸ سال ممکن است به اختلال شدید عصبی منجر شود، بنابراین از تجویز آن به کودکان باید دوری کرد.

استفاده سرخود و بی‌رویه از آنتی‌بیوتیک‌ها می‌تواند سبب افزایش مقاومت دارویی در افراد شود و باید بر اساس تجویز پزشک باشد

نرگس صفوی، متخصص تغذیه نیز درباره تغذیه در مبتلایان به آنفلوانزا به خبرنگار ایرنا می گوید: آنفلوانزا بیماری است که از طریق تب باعث تعریق زیاد و خشک شدن آب بدن می شود، بیمار باید آب، آبمیوه و نوشیدنی های بیشتری دریافت کند. وی ادامه می دهد: در مواردی که سرفه ها شدید و آزار دهنده است، مصرف نوشیدنی های شیرین و گرم نیز اثر بسیار خوبی دارد. صفوی با بیان اینکه مصرف سیگار باعث بدتر شدن علائم بیماری آنفلوانزا می شود، به افراد توصیه می کند از محیط هایی که پر از دود سیگار است، دوری شود.

این متخصص تغذیه اظهار می دارد: این بیماران باید غذاهای جامد را کم مصرف کنند و آبمیوه و سبزی های بیشتری بخورند. آب میوه باعث می شود دمای بدن به حالت طبیعی برگردد.

صفوی با بیان اینکه مصرف شیر برای بیماری آنفلوانزا مفید است، تصریح می کند: افراد باید در طول ابتلا به این بیماری لفل، ادویه، ترشی، چای پررنگ، قهوه و غذاهای کنسرو شده را نخورند و سوپ، سیر در غذاهای پخته شده و مایعات را جایگزین کنند.

آنفلوانزا انواع و سوش های مختلفی دارد و هر سال نوعی از این ویروس ها شیوع بیشتری پیدا می کنند، برخی انواع ویروس آنفلوانزا مانند آنفلوانزای فوق حاد پرندگان با سوش ۵۱ است که بیشتر در بین پرندگان شایع است و البته قابل انتقال به انسان نیز هست، انتقال این ویروس از پرنده به انسان می تواند بسیار خطرناک و مرگ آور باشد و گر چه موارد انسانی ابتلا به این ویروس هنوز محدود است و در تعدادی از کشورها مشاهده شده است اما اغلب افراد مبتلا به این ویروس جان خود را از دست داده اند.

در کشور ما البته در سال ۸۵ مواردی از ابتلای تعدادی از قوها در شمال کشور به این ویروس مشاهده شد اما در گزارش های رسمی موارد ابتلای انسانی آن اعلام نشد.

با این حال بیماری آنفلوانزا در انواع خفیف تر از جمله ویروس ۱۱ که به آنفلوانزای خوکی معروف است، در سال های اخیر در کشور ما و بسیاری از کشورهای دیگر مشاهده می شود به طوری که اکنون این ویروس جزو آنفلوانزاهای فصلی شناخته می شود که هر سال تعدادی مبتلا و در مواردی تعدادی مرگ را رقم می زند.

محمد مهدی گویا، رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت در پی اعلام شیوع این بیماری در برخی کشورهای همسایه از جمله گرجستان در ماه های اخیر اعلام کرد که ابتلا به این ویروس در فصل سرما موضوع جدیدی نیست و تاکید کرد: هیچ اتفاق غیرعادی و غیرمعمولی درباره آنفلوانزا و انواع آن، از جمله نوع ۱۱ (آنفلوانزای خوکی) در کشور رخ نداده است. این نوع آنفلوانزا هر سال در همین بازه زمانی در نیمکره شمالی از جمله ایران شایع می شود.

به گفته او آنفلوانزای خوکی یک نوع آنفلوانزای معمولی است که به آن آنفلوانزای فصلی می گوئیم و موضوع جدیدی نیست. وی ادامه داد: در کشور ما این آنفلوانزا در برخی استان ها شایع است و موارد ابتلا به این نوع از آنفلوانزا وجود دارد، اما هیچ اتفاق خاص و جدیدی در این زمینه رخ نداده است.

آنفلوانزا قابل کنترل نیست، قابل تخفیف است

رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت اظهار داشت: درباره آنفلوانزا نمی توان گفت که قابل کنترل است، بلکه باید بگوئیم که قابل تخفیف است. یعنی اگر مردم رعایت کنند و در برخورد با بیمار مبتلا به آنفلوانزا مراقب باشند و کسی که به این بیماری مبتلا است با سرفه، عطسه، دست دادن و غیره، بیماری خود را به دیگران منتقل نکند، می توان آن را خفیف تر کرد.

درباره آنفلوآنزا نمی توان گفت که قابل کنترل است، بلکه باید بگوییم که قابل تخفیف است

گویا افزود: کسانی که ممکن است در معرض انواع آنفلوآنزا باشند باید در اوایل فصل پاییز واکسن تزریق کنند. مجموعه این موارد می تواند منجر به خفیف تر شدن موارد آنفلوآنزا در جامعه شود، اما هیچ وقت نمی توان گفت که آنفلوآنزا از بین می رود و به هر حال عده ای به این بیماری مبتلا می شوند. مهم این است که موارد ابتلا به بیماری آنفلوآنزا، موارد بستری در بیمارستان و موارد مرگ ناشی از آن کاهش پیدا کند. زیرا نمی توان اقدامی انجام داد که آنفلوآنزا اصلا وارد کشور نشود.

فوت ناشی از آنفلوآنزا

وی بدون اعلام آمار موارد فوت ناشی از آنفلوآنزا در سال گذشته و امسال گفت: موارد مرگ ناشی از آنفلوآنزا هر سال اتفاق می افتد. افرادی که سن بالا دارند و واکسن آنفلوآنزا تزریق نمی کنند و همچنین کسانی که بیماری قلبی و ریوی شدید دارند و مبتلا به انواع شدید بیماری آنفلوآنزا می شوند و دیر به پزشک مراجعه می کنند، از جمله این موارد فوتی هستند.

ایرنا

انتهای پیام /