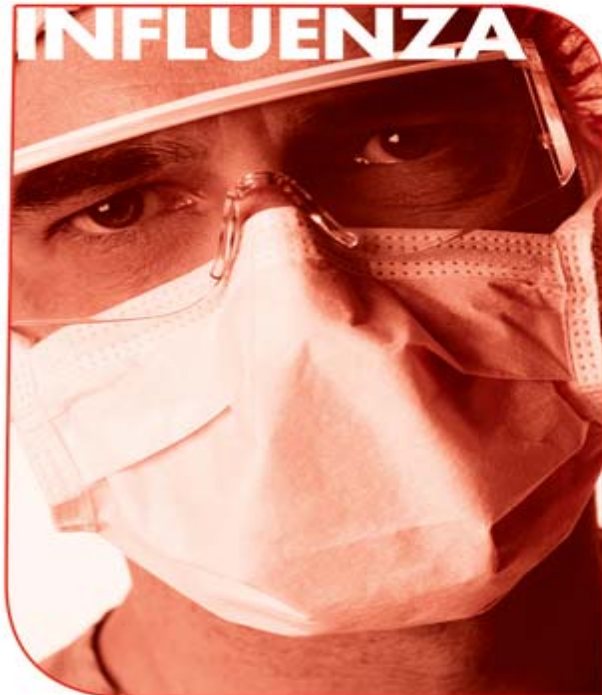


آنفولانزا نوع (H1N1)A

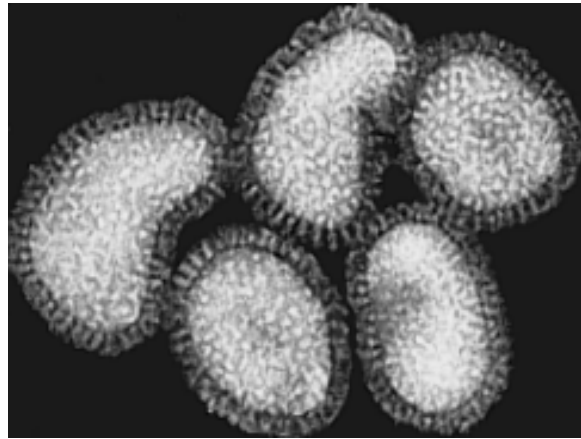


آنفولانزا نوع (H1N1)A

دانشگاه تربیت مدرس

دبیرخانه شورای ایمنی، بهداشت و محیط زیست

آنفلوآنزای نوع A چیست؟

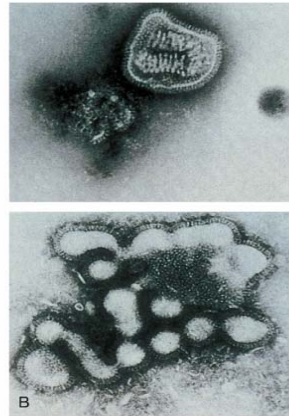
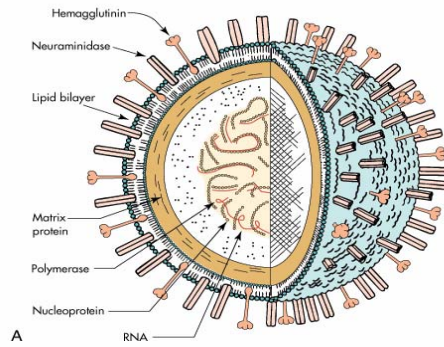


آنفلوآنزای نوع A (swine flu) یک بیماری ویروسی است که معمولاً خوک را مبتلا می‌کند اما هر ساله مواردی از ابتلای انسان به این بیماری، به ویژه از راه تماس با این حیوان، گزارش می‌شود.

ویروس های آنفلوآنزای خوک به طور معمول انسان را آلوده نمی‌کنند؛ اما آلودگی انسانی با آنفلوآنزای خوک می‌تواند رخ دهد و مواردی از انتشار انسان-به-انسان و ویروس های آنفلوآنزای خوک ثبت شده است..

اکثر موارد ابتلا به آنفلوآنزای خوک در انسانها مربوط به کسانی است که تماس مستقیم با این حیوان دارند با این حال این ویروس می‌تواند از انسان به انسان نیز منتقل شود.

ویروس جدید آنفلوآنزای H1N1 دارای ترکیب ژنی جدید از ویروسهای آنفلوآنزای معمولی خوک در آسیا و اروپا و ویروس آنفلوآنزای پرندگان و انسان میباشد و دانشمندان آن را ویروس نوترکیب چهارگانه می‌نامند.



Mosby, Inc. items and derived items copyright © 2002 by Mosby, Inc.

آخرین وضعیت بیماری در جهان چگونه است؟

بنا بر گزارش WHO سازمان بهداشت جهانی و CDC این بیماری در مرحله پاندمیک یعنی همه گیری جهانی می باشد و بیماری در فاز 6 می باشد. این بدان معنی است که جهان و تمام قاره ها در راه این بیماری طی ماه های آینده می باشند و این بیماری همه کشورها را طی خواهد نمود و هیچ کشوری از این بیماری در امان نخواهد بود. در حال حاضر 90 کشور جهان و 7 کشور همسایه ایران و همچنین کشور ما که از یک نوجوان 16 ساله ایرانی الاصل مقیم آمریکا که وارد ایران شده، این بیماری را گزارش نموده اند. خوشبختانه 72 نقطه از کشور ایران به عنوان مراکز مبارزه با این بیماری با امکانات کامل و مناسب جهت تشخیص و درمان آماده و مهیا برای خدمات رسانی می باشند که به واسطه فعالیت همه مراکز بهداشتی و درمانی هیچ نگرانی از این موضوع در کشور وجود ندارد. اما در مبارزه با این ویروس نو ظهور آشنایی و آگاهی از این بیماری فرصت بیشتری به ما در حفظ سلامتی فردی، خانوادگی و اجتماعی خواهد داد و باید بدانیم شرط لازم پیشگیری دانستن و عمل کردن به دانستنی هاست و به همین دلیل با هم از این بیماری می خوانیم تا سالم، مطمئن و شاد زندگی کنیم.

*روشهای انتقال بیماری چگونه است؟

- از طریق تماس با خوک مبتلا یا محیط آلوده با ویروس های آنفولانزای خوک
- از طریق تماس با فرد مبتلا به آنفولانزای خوک



گزارشی مبنی بر انتقال این ویروس توسط آب آشامیدنی یا آب استخر آلوده وجود ندارد و غلظت های کلر 1-3 ppm در آب استخر و 2-5 ppm در آب سونا جهت نابودی ویروس کفایت می کند.

نشانه ها و علامت بیماری آنفولانزای نوع A چیست؟

علائم این بیماری مشابه آنفولانزای فصلی همانند تب، سرفه، گلودرد، آب ریزش بینی، کوفتگی و درد بدن، سر درد، لرز و خستگی و در موارد مشخص اسهال، تهوع و استفراغ می باشد و در مواردی ممکن است این بیماری ویروسی پیشرفت نموده و ایجاد عفونت های شدید ریوی، گوشه و سینوسی نماید.

4 علامت اصلی تب بالای 38 درجه، سردرد، گلودرد، سینه درد و سرفه می باشند، اگر فردی 2 تا 3 علامت ذکر شده را داشته باشد مشکوک به بیماری آنفولانزای نوع A می باشد. اسهال، تهوع، کوفتگی عضلات، عطسه و آبریزش بینی از علائم فردی این بیماری است و چنانچه با 2 تا 3 علامت اصلی همراه باشد فرد مشکوک به این بیماری است.

چه افرادی بیشتر در خطر معرض این بیماری می باشند؟

4 گروه از مردم در گروه خطر می باشند. افراد مسن 64 سال و بالاتر، کودکان با سن کمتر از 5 سال، خانم های حامله، افراد با بیماری های مزمن و طولانی مدت مانند آسم، دیابت، برونشیت مزمن، بیماری های قلبی و ریوی و کسانی که به عللی همانند جراحی وسیع، شیمی درمانی مکانیزم دفاعی سیستم ایمنی بدن آنان در شرایط مساعدی نمی باشد. در عین حال وجود آنتی بادی ضد این ویروس در بدن افراد میانسال، جوان و سالم و حتی در یک سوم از افراد مسن بالای 60 سال بدن آنها را در مقابل این ویروس محافظت می نماید. بنابراین لازم است بدانیم بسیاری از افراد

در ابتلاي به اين بيماري نيازي به درمان ويژه به استثناء استراحت و اقامت 7 روزه در منزل و استفاده از داروهای معمولی جهت تسکين درد و علائم به اقدامی ديگر نياز ندارند. زيرا مکانيزم دفاعي مناسب بدن ويروس را سرکوب و نابود مي نمايد.

دوره اين بيماری چه مدت يا چند روز ميباشد؟

اطلاعات بر اين باور است که شخص يك روز پس از ابتلا به اين ويروس دچار علايم مي شود يعني اين ويروس پس از ابتلاي شخص در روز اول هيچگونه علايمي ندارد و اصطلاحاً دوره نهفته آن يك روز است اما دوره بيماري در افراد با مکانيزم دفاعي نرمال و طبيعي 7 روز مي باشد. ولي اين دوره در کودکان، افراد مسن و خانم هاي باردار و افراد با بيماري هاي ديگر متفاوت و طولاني تر مي باشد. بنابراین طی این مدت (7 روز) (شخص بيمار منبع انتقال بيماري به افراد ديگر نيز مي باشد).

پيشگيري :

مهمترين راه جلوگيري از انتقال و ابتلاء به ويروس H1N1 شستشوی مرتب دستها مي باشد .



استفاده از ماسک هاي صورت معمولي (ماسک کاغذی يا پارچه اي يا ماسک جراحي) تا حدي از انتقال ذرات آلوده به ويروس جلوگيري نموده و همچنين از انتقال ذرات تنفسي افرادي که ظاهراً سالم مي باشند (و يا در دوره قبل از ظهور علائم باليني هستند) به سايرين جلوگيري مي کند .



توصيه هاي بهداشتي:

- جهت پيشگيري از انتقال ويروس بايد مرتباً سطوح کنار تخت خواب ، سطوح مختلف حمام و آشپزخانه و اسباب بازي هاي کودکان را با محلولهاي ضد عفوني خانگي تميز کرد.

- در هر بار عطسه یا سرفه دستمال کاغذی استفاده نمود و آن را بطرز مناسب به ظرف زباله انداخت. پس از هر بار عطسه یا سرفه دستهای خود را شسته و پس از شستشوی دستها بجای حوله از دستمال یکبار مصرف استفاده کرد .
- هنگام عطسه یا سرفه دهان و بینی خود را با دستمال پوشانده و سپس دستمال را به روش مناسب به زباله بیاندازید. در صورت نداشتن دستمال با قسمت داخلی آرنج لباس جلوی دهان را بگیرید تا دستان شما آلوده نگردد.
- بطور مرتب و بخصوص پس از سرفه یا عطسه دستهای خود را با آب و صابون یا مواد ضد عفونی حاوی الکل بشویید. بهترین روش برای شستشوی دستها استفاده از آب گرم و صابون یا مواد ضد عفونی حاوی الکل به مدت 15-20 ثانیه میباشد.
- دستهای خود را به صورت و دهان و بینی خود نزنید.
- البسه و ملحفه باید قبل از استفاده احتمالی توسط سایر افراد به خوبی توسط مواد شوینده شسته شده و خشک گردند. در هنگام حمل ملحفه ها آنها را در بغل نگیرید و پس از حمل و شستشو دستهای خود را به طرز صحیح بشویید.
- ظروف غذا خوری نیز باید قبل از استفاده مجدد با ماشین ظرفشویی یا با دست و با آب و صابون شسته گردند.
- افراد مبتلا باید قرنطینه باشند و از ارتباط با سایر افراد جامعه پرهیز کنند در صورت بیماری 7 روز و حداقل یک روز پس از بهبود علائم بالینی در منزل بمانند.
- دستورات سازمانهای بهداشتی در کاهش تجمعات و یا بسته بودن مدارس را رعایت کنید.
- جهت آمادگی نسبت به بیمار شدن احتمالی خود و ماندن در منزل برای یک هفته آماده بوده و وازم لازم مانند غذا و دارو و لوازم بهداشتی و مواد شوینده و دستمال کاغذی برای مدت حداقل یک هفته را در منزل آماده داشته باشید.
- حفظ سلامت عمومی بدن و تغذیه و خواب مناسب و مصرف مایعات فراوان و حفظ فعالیت فیزیکی مناسب و عدم تماس با افراد آلوده و عدم تماس با سطوحی که احتمال آلودگی به ویروس دارند از جمله سایر راههای کاهش احتمال ابتلا میباشد.

چه مدت ویروس نوع A می تواند در محیط باقی بماند و بیشترین مکان هایی که امکان آلودگی آن را دارد کجاست؟

در خارج از بدن ویروس به مدت 2 تا 8 ساعت زنده می ماند. اما گرمای محیط 75 تا 100 درجه سانتیگراد مواد ضد عفونی کننده هیدروژن پروکساید، بتادین و الکل آنرا به راحتی نابود می کنند. اما منابع آلودگی در انسان شامل: بینی، دهان، لب ها، چشم ها موی سر و دست ها می باشند؛ زیرا مکان های فوق بیشتر مورد تماس دستها در افراد عادی می باشد.

اما بیشترین امکان آلودگی محیطی برای وسایلی می باشد که به نحوی با دست، صورت انسان در تماس می باشد؛ همانند دستگیره درها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده های پله ها، بالشت خواب و ملحفه، اسباب بازی ها، وسایل آشپزی و آشپزخانه، وسایل عمومی که مورد استفاده مشترک می باشد. همانند اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و... بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد یا اشیاء مشکوک دست و صورت خود را با آب و صابون شستشو دهیم. و بهتر است در محیط کار قبل از شروع کار و پایان کار میز کار مان را با پنبه الکلی ضد عفونی نماییم.

آیا درمان دارویی برای درمان آنفولانزای خوک وجود دارد؟

بله داروی ضد ویروس (Oseltamivir) اسلتامی ویر یا (Zanamivir) زانامی ویر، که دارای اشکال قرص، مایع و اسپری می باشد و در داخل کشور تولید می شود. این دارو در پیشگیری موثر بوده و بخصوص با نظر پزشک معالج در موارد شدید ابتلاء به بیماری نیز مصرف آن ضروری می باشد. این دارو شدت و دوره بیماری را کم و کوتاه می نماید و همچنین از پیشرفت بیماری جلوگیری می نماید و امکان سرایت آنرا به دیگران کم می نماید و پیشنهاد شده این دارو جهت پیشگیری فقط در 4 گروه پر خطر که قبلاً ذکر شده استفاده شود و در سایر بیماران مبتلا به درجات متوسط و خفیف از شدت بیماری استراحت، مصرف مایعات فراوان و اقدامات درمانی، حمایتی و علامت درمانی با مسکن های تجویز شده از سوی پزشک کافی می باشد.

