

## آنفلوانزا

آنفلوانزا ("فلو")، یک عفونت ویروسی مسری است که عمدتاً بینی، گلو، راه‌های هوایی و ریه‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این یکی از تغییرپذیرترین ویروس‌ها است، و تغییرات آن می‌تواند کوچک و مداوم یا ناگهانی باشد. همه‌گیری آنفلوانزای هر سال رخ می‌دهد، و معمولاً از ابان تا اسفند است.

آنفلوانزادراکثر مردم درعرض یک هفته رو به بهبود میرود، اما برای افراد مسن، نوزادان و کودکان، و با برخی از بیماری‌های مزمن، می‌تواند تهدیدکننده حیات باشد.

### انواع آنفلوانزا

ویروس‌های آنفلوانزا به انواع A، B، C طبقه‌بندی می‌شوند. نوع A که شایع‌ترین و جدی‌ترین است بسیاری از حیوانات، مانند اردک، جوجه‌ها، خوک، و همچنین انسان را آلوده میکند. نوع B می‌تواند باعث همه‌گیری شود اما معمولاً خفیف‌تر از آنفلوانزای نوع A است. نوع C با بیماری همه‌گیر همراه نبوده است. ویروس آنفلوانزا H1N1 و یا "آنفلوانزای خوک" یک نوع جدید ویروس آنفلوانزا، احتمالاً ناشی از تغییرات ناگهانی در ساختار ویروس است که در سلولهای مجاری هوایی خوک تغییر یافته است. آنفلوانزا با سرماخوردگی معمولی فرق دارد؛ عفونت دستگاه تنفس در آنفلوانزا و سرماخوردگی هر دو بوجود می‌آید ولی تب (بعضاً شدید) در آنفلوانزا معمول بوده و 2-3 روز طول میکشد. تب در سرماخوردگی نادر است. درد عضلانی و ضعف و سرفه در آنفلوانزاشایع و برعکس گلودرد و گرفتگی بینی و عطسه (بدون تب) در سرماخوردگی شایع‌تر است.

### انتقال

آنفلوانزا توسط ریزقطرات تنفسی، زمانی که افراد آلوده سرفه یا عطسه میکنند از فردی به فرد دیگر منتقل میشود (بخصوص در فاصله کمتر از 2 متر). همچنین ممکن است پس از دست زدن به جایی که توسط فرد مبتلا به آنفلوانزا آلوده شده الودگی حاصل شود. زندگی در محل شلوغ مثل مدارس بیشترین احتمال ابتلا به عفونت را داراست. بیماران از یک روز قبل از علائم تا پنج روز پس از بیماری الوده کننده هستند.

### درمان و پیشگیری

بهترین دفاع در برابر آنفلوانزا واکسن آنفلوانزا است. در هر سال واکسن جدیدی ساخته میشود چرا که ویروس‌های آنفلوانزا سالانه تغییر میکنند. واکسن تزریقی آنفلوانزا از ویروس کشته شده ساخته شده است و بنابراین آنفلوانزا را انتقال نمی‌دهد. عوارض جانبی واکسیناسیون شامل درد در محل تزریق، تب، خستگی، و درد عضلات است. واکسن بیشتر و بخصوص برای افراد زیر توصیه میشود:

6 تا 64 ساله (59 ساله)

50 ≤ BMI

بیماران مزمن (بیماری قلبی، بیماری ریوی، بیماری کبدی، بیماری کلیوی، بیماری عروق، بیماری عصبی، بیماری‌های مزمن دیگر)؛  
 افرادی که در محیط‌های پرجمعیت زندگی میکنند (مدرسه، دانشگاه، کارخانه، هتل، بیمارستان، اردوگاه، ...)  
 افرادی که در معرض تماس با افرادی که علائم آنفلوانزا دارند (خانواده، دوستان، ...)

افرادی که در معرض تماس با پرندانی هستند که علائم آنفلوانزا دارند (پرندگان وحشی، پرندگان خانگی، ...)

افرادی که در معرض تماس با خوک‌ها هستند (پرورش‌دهندگان، کارکنان، ...)

افرادی که در معرض تماس با خوک‌ها هستند (پرورش‌دهندگان، کارکنان، ...)

6 تا 18 ساله و 65 ساله و بیشتر

بیماران مزمن (بیماری قلبی، بیماری ریوی، بیماری کبدی، بیماری کلیوی، بیماری عروق، بیماری عصبی، بیماری‌های مزمن دیگر)؛

افرادی که در معرض تماس با افرادی که علائم آنفلوانزا دارند (خانواده، دوستان، ...)  
 افرادی که در معرض تماس با پرندانی هستند که علائم آنفلوانزا دارند (پرندگان وحشی، پرندگان خانگی، ...)

افرادی که در معرض تماس با خوک‌ها هستند (پرورش‌دهندگان، کارکنان، ...)

افرادی که در معرض تماس با خوک‌ها هستند (پرورش‌دهندگان، کارکنان، ...)

6 > BMI و 5 > BMI (بیماری قلبی، بیماری ریوی، بیماری کبدی، بیماری کلیوی، بیماری عروق، بیماری عصبی، بیماری‌های مزمن دیگر)؛

افرادی که در معرض تماس با افرادی که علائم آنفلوانزا دارند (خانواده، دوستان، ...)

□□□□ □□□□ □□□□□□□□

**. داروهای ضد ویروس در صورتی که ظرف مدت 48 ساعت از اولین علائم داده شود می تواند مورد استفاده برای درمان آنفلوانزا باشد. داروهای ضد ویروس ها نباید بجای واکسن آنفلوانزا استفاده شود. آنتی بیوتیک برای درمان آنفلوانزا استفاده نمی شود.**