

ماهیت ویروس آنفلوآنزای نوپدید H1N1 (خوکی) چیست؟

ویروس آنفلوآنزا طبیعت ناپایداری دارد و بطور مداوم تغییراتی در ژنوم آن صورت می گیرد. و در هر فصل نوع جدیدی از ویروس شایع می شود. خوکی گیرنده هر ۳ نوع ویروس آنفلوآنزای پرندگان، انسانی و خوکی را دارد و برای اولین بار در بدن خوکی، ویروسی با ژنوم ۸ قطعه که قطعات هر ۳ نوع ویروس پرندگان، انسانی و خوکی را داشت پدید آمده است و به نوعی به انسان منتقل شده است. برخلاف آنفلوآنزای پرندگان که انتقال انسان به انسان نداشت، این ویروس توانایی انتقال انسان به انسان را دارد و بیشتر نگرانی ها در این مورد است. ولی خوشبختانه شدت بیماری که تا به حال دیده شده است مانند آنفلوآنزای فصلی معمولی است و اکثر مرگ و میرها در بیماران پرخطر مانند بچه های زیر ۵ سال به خصوص زیر ۲ سال، افراد سالمند، افراد دارای نقص ایمنی، بیماران مزمن قلبی، تنفسی، کلیوی، کبدی، خونی، خانمهای باردار، افراد زیر ۱۹ سال که اسپرین طولانی گرفته اند، افراد ساکن خانه های سالمندان و سایر مراکز نگهداری بوده اند.

دوره کمون: ۷ - ۱ روز و اغلب بین ۴ - ۱ روز است.

علائم: علائم بیماری همانند یک آنفلوآنزای فصلی می باشد که شامل تب، گلودرد، درد بدن، سردرد، لرز، خستگی و کاهش اشتها و حتی ممکن است در بعضی از افراد بصورت اسهال و استفراغ تظاهر کند. این بیماری می تواند خود را به صورت یک سرماخوردگی خیلی شدید و حتی تشدید بیماری زمینه ای فرد، نشان دهد.

این بیماری در فرد مبتلا از یک روز قبل از شروع علائم مسری می باشد و پس از شروع درمان هم تا ۲۴ ساعت بعد قابل سرایت است. در اطفال ممکن است دوره انتقال طولانی تر شود. البته در افراد پرخطر که در بالا ذکر شد، شدت علائم می تواند بیشتر باشد. و آنها را دچار عوارض سازد.

راههای انتقال: انتقال ویروس، همانند آنفلوآنزای فصلی از راه droplet های تنفسی است. (به ترشحات تنفسی بالای ۵ میکرون گفته می شود که از طریق سرفه، عطسه و صحبت کردن در فاصله ۶ فوتی (تقریباً ۲ متر) به گفته CDC و ۳ فوتی (تقریباً ۱ متر) به گفته WHO منتقل می شود. همچنین این ویروس به مدت ۸ - ۲ ساعت بر روی سطوح زنده می ماند. پس دست زدن به سطوح آلوده و بردن دست بر دهان و بینی و چشم نیز می تواند باعث انتقال آلودگی شود.

پیشگیری

توصیه های عمومی: ۱- دهان و بینی خود را هنگام عطسه و سرفه بپوشانید و دستمال مربوطه را بعد از مصرف در سطل زباله بیندازید. ۲- دستهای خود را با آب و صابون بشوئید به خصوص بعد از عطسه و سرفه، پاک کننده های با پایه الکل یا ژلهای تمیز کننده نیز مفید است. ۳- از دست زدن به چشم ها و بینی و دهان بپرهیزید. ۴- از تماس نزدیک با بیمار بپرهیزید.

- اگر بیمار شوید (با هرگونه علائم آنفلوآنزا) ۷ روز بعد از بروز علائم یا تا ۲۴ ساعت بعد از پایان علائم در منزل بمانید زیرا بیماری در این زمان قابلیت انتقال دارد و در بچه ها این زمان بیشتر است. ۶- از رفتن به جاهای شلوغ بپرهیزید.

علائم خطر در کودکان:

۱- تنفس تند یا صدا دار، ۲- رنگ پوست آبی یا خاکستری، ۳- عدم نوشیدن مایعات کافی، ۴- استفراغ شدید یا پایدار، ۵- تحریک پذیری زیاد، ۶- علائم آنفلوآنزا بهبود یابد ولی مجدداً با بدتر شدن سرفه برگردد.

علائم خطر در بالغین

۱- تنفس سخت یا کوتاه شدن تنفس، ۲- درد یا احساس فشار در قفسه سینه یا شکم، ۳- سرگیجه ناگهانی، ۴- خواب آلودگی، ۵- استفراغ شدید یا پایدار، ۶- علائم آنفلوآنزا بهتر شود و دوباره با بدتر شدن سرفه بازگردد.

چه موقعی از ماسک استفاده شود؟

وقتی تماسی در فاصله زیر ۲ متر با فرد دارای علائم آنفلوآنزا لازم است. ماسک های جراحی کافی است ولی با کثیف و خیس شدن باید تعویض شوند. ماسک باید کاملاً روی صورت را بپوشاند. طوری که بینی و زیر چانه را بپوشاند. ماسک یک بار مصرف است و بعد از هر بار مصرف دور ریخته می شوند.



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

آنفلوآنزای خوکی



تاریخ تدوین : بهار ۹۰

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

« تهیه و تنظیم : واحد آموزش »

Code : FH-Pam:9-90

داروهای مؤثر روی این ویروس نوپدید در دسترس می باشد و هر گونه پنومونی شدید یا فرد دارای سفر به مناطق پر خطر (آمریکا، مکزیک و...) علامت دار باید به مراکز بهداشت مراجعه کنند تا دارو دریافت نمایند. تجویز دارو در دنیا نیز طبق تجویز نظر پزشک است و به افراد خاص واکسیناسیون در دسترس آنفلوآنزا فصلی H1N1، H3N2 و B را تزریق می کنند. این واکسن ها علیه این نوع H1N1 نوپدید مؤثر نیست ولی امید است که واکسنی از طرف CDC تولید شود. خوشبختانه تا به حال موردی در ایران گزارش نشده است و با آمدن فصل گرما بیماری رو به کنترل می رود ولی مرزها باز است و رفت و آمد ها در جریان و در پاییز و زمستان آینده باید منتظر ویروسی جدید و اپیدمی دوباره (شاید با علائمی متفاوت) در کل دنیا باشیم و آمادگی برخورد با آن را داشته باشیم.

با آرزوی سلامتی و موفقیت برای شما

آیا بستن مرزها لازم است؟

CDC این اجازه را داده است که هر کشوری بسته به شرایط خاص خودش کنترل مرزها را عهده دار شود و لازم نیست مرزها بسته شود. هنوز بستن مرزها توصیه نشده است و با آموزش قوانین بهداشتی سفرها ادامه دارد. ویروس آنفلوآنزا به حرارت ۷۵ - ۱۰۰ درجه سانتیگراد، آب اکسیژنه، کلر (در وایتکس موجود است) و دترژنت ها (مانند صابون، پودر، مایع ظرفشویی و...) حساس است. در منزل اگر فرد بیماری دارید سطوح آشپزخانه، میز و دستشویی و حمام و وسایل اطراف تخت بیمار را با یکی از تمیز کننده های خانگی پاک کنید. ویروس از راه خوردن و آشامیدن منتقل نمی شود ولی از راه خوردن و آشامیدن اشتراکی با بیمار بپرهیزید (به علت مسائل تنفسی). لازم نیست ظروف فرد بیمار جدا شوند ولی باید به دقت شسته شوند.

درمان:

می توان از داروهای استامینوفن، بروفن، ناپروکسن و اسپرین (غیر از افراد زیر ۱۸ سال) در تخفیف علائم استفاده کرد. استراحت کنید و مایعات فراوان بنوشید. تغذیه مناسب داشته باشید. اگر بیماری در منزل با علائم آنفلوآنزا دارید. خوشبختانه