

آنفلانزا



تب شدید

درد عضلانی

سرفه

آبریزش بینی

روشهای پیشگیری



کودکان

و

آنفلوانزا

سرپی بهداشت مدرسه

سرکار خانم رحیمیان

سال تحصیلی ۹۸-۹۹

برای درمان بیماری چکار کنیم؟



مصرف به موقع داروهای تجویز شده توسط پزشک



مصرف فراوان سوپ و مایعات



ماندن در خانه و استراحت کافی در

زمان بیماری

بیماری آنفلوانزا را جدی

بگیریم!



عدم تماس با افراد بیمار



عدم دست دادن در فصل شیوع آنفلوانزا



به چشم ها، بینی و دهان خود دست نزنید

اکثر افراد مبتلا ممکن است یک روز
قبل از بروز عوارض تا ۵ الی ۷ روز
بعد از ظهور علائم، آنفلوانزا را شیوع
دهند.



درد یا فشار در شکم و قفسه سینه تنگی نفس

برای پیشگیری از بیماری چه کار کنیم

برای پیشگیری از آنفلوآنزا این مراحل توصیه میشود:



واکسیناسیون



شستشوی مرتب دست ها



استفاده افراد بیمار از دستمال هنگام سرفه و عطسه



آب ریزش بینی یا گرفتگی بینی



گلودرد



سر درد شدید



احساس ضعف شدید



بدن درد



احساس سرمای شدید



اسهال



استفراغ

آنفلوآنزا چیست؟

آنفلوآنزا یک بیماری است که توسط ویروس های آنفلوآنزا ایجاد می شود. آنفلوآنزا ممکن است باعث شود افراد سرفه کنند و گلو درد و تب پیدا کنند. همچنین ممکن است آب ریزش بینی، احساس خستگی، بدن درد، یا علائم ناخوشی دیگر در بیمار ظاهر شود. آنفلوآنزا هر ساله ظاهر می شود و بیشتر در پائیز و زمستان شیوع دارد. مردم از هر رده سنی، از کودکان و بزرگسالان گرفته تا سالمندان، ممکن است آنفلوآنزا بگیرند.



چگونه بفهمید آنفلوآنزا گرفته اید؟

نشانه های آنفلوآنزا شامل موارد زیر هستند:



سرفه

تب