

الأنفلونزا

ينتقل فيروس الأنفلونزا من شخص لآخر عن طريق الرذاذ المتطاير نتيجة السعال أو العطس ، ويمكن إنتقال الفيروس من خلال الأيدي والأدوات الملوثة ويكثر معدل الإصابة فى الأطفال عن البالغين لذا فإن أهم أسباب إنتشار الفيروس فى المجتمع إصابة الأطفال فى السن المدرسى والطلاب بصفة عامة فى سنوات الدراسة المختلفة فى مختلف المنشآت التعليمية.

فترة الحضانة: تتراوح فترة حضانة المرض من ١ - ٤ أيام. وقد يظهر المرض فى عدة صور كحالات متفرقة او على هيئة أوبئة محلية او اقليمية او جائحة.

تشخيص المرض:

الصورة الإكلينيكية والأعراض والمضاعفات:

تتمثل الأعراض الشائعة فى: الحمى والرعشة والسعال واحتقان الحلق والصداع وآلام بالعضلات وتستمر الحمى عادة لمدة ثلاثة أيام. وأكثر المضاعفات المتعلقة بالرتة شيوعاً هي:

- الالتهاب الرئوي الفيروسي.
- الألتهاب الرئوي البكتيري الثانوي.

التشخيص:

- ١ - تجمع العينات المناسبة لإجراء تحاليل الأنفلونزا من: البلعوم الأنفي ومسحة من الحلق والغسيل الأنفي. كما يجب أخذ العينات خلال الأربعة أيام الأولى من المرض.
- ٢ - عزل الفيروس: يلزم إرسال العينات الى المعمل لعمل مزرعة لعزل مسبب الأنفلونزا ومعرفة النوع.

- ٣ - التعرف على الفيروس: تستخدم تحاليل للتشخيص السريع تصل نسبة حساسيتها أكثر من ٧٠٪، تزيد هذه النسبة فى العينات المأخوذة من البلعوم الأنفي عن غيرها.

التشخيص الجزيئي: يمكن استخدام تفاعل سلسلة بوليميريز (PCR) للكشف عن الحمض النووي للفيروس.

الوقاية من هذا المرض:

- غسيل الأيدي بالماء والصابون باستمرار .
- التأكد من تغطية الفم والأنف أثناء السعال والعطس (من الأفضل استخدام منديل والتخلص منها بعد الاستعمال مباشرة).
- إبعاد اليدين عن الفم والأنف والعين.
- الحرص على التنظيف المستمر للأسطح والأرضيات بالمطهرات.
- التزام البيت عند الشعور بأعراض الأنفلونزا.
- تجنب الأماكن المزدحمة.

التطعيم للوقاية من هذا المرض:

تطعيم الأنفلونزا الموسمية يقى من المرض فى موسم الأنفلونزا مع مراعاة استمرارية التطعيم الموسمى وذلك للطبيعة المتغيرة للفيروس

العلاج:

يوجد علاج متوفر بالمستشفيات بالمحافظات وهو عقار يستخدم ضد فيروس الأنفلونزا ويقلل من حدة المرض والمضاعفات الناتجة وتزداد كفاءته إذا استخدم خلال ٤٨ ساعة الأولى من بداية المرض ولا يجب تناوله إلا باستشارة الطبيب المختص

الإجراءات الوقائية :

- يراعى إعطاء أجازة للمصاب لمدة لا تقل عن ٥ ايام وحتى زوال الأعراض.
- يراعى متابعة المخالطين في المنزل وفي المنشآت التعليمية ومراقبتهم لترصد المرض.
- ضرورة رفع وعي المخالطين عن المرض وطرق إنتقاله وكيفية الوقاية منه

جرعات عقار التاميفلو :

المريض	الجرعة	ملاحظات
الكبار والأطفال أكثر من عمر ١٢ عام	٧٥ مللى جرام كل ١٢ ساعة	كبسولة واحدة كل ١٢ ساعة

الأطفال أقل من ١٢ عام حسب الوزن

المريض	الجرعة	ملاحظات
أطفال أكثر من عمر عام وأقل من عمر ١٢ عام والوزن أكثر من ٤٠ كجم .	٧٥ مللى جرام كل ١٢ ساعة	
أطفال أكثر من عمر عام وأقل من عمر ١٢ عام والوزن من ٢٤ إلى ٤٠ كجم	٦٠ مللى جرام كل ١٢ ساعة	٥ مللى تساوى ملعقة كاملة (تملى إلى الخط الأول العلوى من الملعقة الموجودة بالعبوة)
أطفال أكثر من عمر عام وأقل من عمر ١٢ عام والوزن من ١٥ إلى ٢٣ كجم	٤٥ مللى جرام كل ١٢ ساعة	تملى إلى الخط الأوسط من الملعقة الموجودة بالعبوة
أطفال أكثر من عمر عام وأقل من عمر ١٢ عام والوزن أقل من ١٥ كجم	٣٠ مللى جرام كل ١٢ ساعة	تملى إلى الخط السفلى من الملعقة الموجودة بالعبوة
الأطفال أقل من عمر عام وأكثر من عمر ٣ شهور	٣ مللى جرام لكل كجم كل ١٢ ساعة	
الأطفال أقل من عمر ٣ شهور وأكثر من عمر شهر	٢.٥ مللى جرام لكل كجم كل ١٢ ساعة	
الأطفال أقل من عمر شهر	٢ مللى جرام لكل كجم مرتين يومياً	

ملاحظات:

- تحتوي عبوة التاميفلو الشراب بعد تحضيره على تركيز ١٢ مللى جرام من المادة الفعالة لكل ١ مللى.
- يمكن إعطاء عقار التاميفلو للسيدات الحوامل.

وإليكم بعض ارشادات وزارة الصحة والسكان بمحاربة الأنفلونزا



**حارب الأنفلونزا
التزم البيت عند الشعور بأعراض
الأنفلونزا واستشير الطبيب**

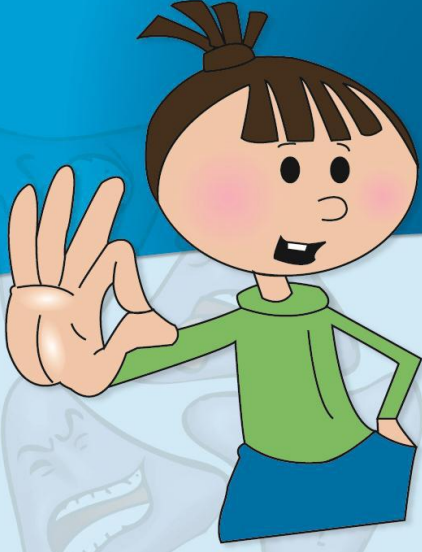
وزارة الصحة والسكان - التطاع الوقائي - الإدارة المركزية للشئون الوقائية

حارب الأنفلونزا



**كيف تحمي نفسك وأسرتك
من الأنفلونزا؟**

- اغسل يديك بالماء
والصابون باستمرار
- تأكد من تغطية فمك وأنفك أثناء
السعال أو العطس (من الأفضل أن
تستخدم منديل وتخلص منه بعد
الاستعمال مباشرة)
- ابعد يديك عن أنفك وفمك وعينيك
- احرص على التنظيف المستمر للأسطح
والأرضيات بالمطهرات
- التزم البيت عند الشعور بأعراض
الأنفلونزا واستشير الطبيب
- تجنب الأماكن المزدحمة



وزارة الصحة والسكان - التطاع الوقائي - الإدارة المركزية للشئون الوقائية



حارب الأنفلونزا تأكد من تغطية فمك وأنفك أثناء السعال أو العطس

وزارة الصحة والسكان - التطاع الوقائي - الإدارة المركزية للشئون الوقائية



حارب الأنفلونزا اغسل يديك بالماء والصابون باستمرار

وزارة الصحة والسكان - القطاع الوقائي - الإدارة المركزية للشئون الوقائية

إجراءات مكافحة العدوى خطوات غسل الأيدي الروتينى



٢ يتم فتح الصنبور بالكوع أو بالقدم أو باليد أيهما متاح مع تعريض اليدين لتيار الماء.

١ يتم خلع الحلى و المجوهرات و الساعة.

٤ يتم وضع الأصابع بشكل متداخل مع تحريكها ذهاباً و إياباً لفترة تتراوح من ٣٠ - ٦٠ ثانية.



٣ يتم إستخدام مادة منظفة مثل الصابون بحيث يصل إلى جميع أجزاء اليد.



٦ يتم ذلك مقدمة أصابع اليد اليمنى فى باطن اليد اليسرى و العكس.



٥ يتم الدلك الدائرى للإبهام الأيمن فى قبضة راحة اليد اليسرى و العكس.



٨ يتم الشطف الجيد للأيدى تحت ماء جار.



٧ يتم ذلك ظاهر أصابع اليد اليمنى فى باطن اليد اليسرى و العكس.



١٠ يتم إغلاق الصنبور باستخدام الكوع أو فوطه التجفيف بعد الإنتهاء من تجفيف اليدين.



٩ يتم تجفيف الأيدى باستخدام فوطه ورقية أو فوطه نظيفة تستخدم لمرة واحدة فقط.

