

# توصیه‌های مهم برای پیشگیری شیوع آنفولانزا

13 شهریور 1404

کارشناس بیماری‌های واگیر دانشگاه علوم پزشکی، زمان شیوع آنفولانزا را فصل سرد و بارانی اعلام و بر اهمیت رعایت پروتکل‌های بهداشتی و واکسیناسیون تأکید کرد.

دکتر قندیان درباره آنفولانزا گفت: بیماری آنفولانزا یک بیماری ویروسی دستگاه تنفسی است که علائم آن شامل تب ناگهانی، سردرد، درد عضلانی، خستگی، سرفه و گلودرد می‌باشد. این علائم معمولاً بین دو تا هفت روز خودبه‌خود بهبود می‌یابند، اما شدت و ناگهانی بروز آن‌ها تفاوت اصلی آن با سرماخوردگی است.

قندیان زمان شیوع آنفولانزا را فصل سرد و بارانی اعلام کردند و بر اهمیت رعایت پروتکل‌های بهداشتی در این ایام تأکید کردند. برای پیشگیری از آنفولانزا، استفاده از ماسک، رعایت فاصله فیزیکی و شستن مکرر دست‌ها توصیه می‌شود. همچنین، باید از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری شود.

وی افزود: واکسن آنفولانزا از حدود ۶۰ سال پیش در دسترس است و تأثیر آن در کاهش شدت بیماری و جلوگیری از بستری در بخش‌های ویژه، به ویژه ICU مورد تأیید است. تمامی افراد بالای ۶ ماه باید واکسن را دریافت کنند، با تأکید خاص بر گروه‌های پرخطر.

قندیان توضیح داد که به دلیل تغییر سالانه ویروس آنفولانزا، بهتر است افراد هر سال واکسن تزریق کنند تا از مصونیت مناسبی برخوردار شوند.