

ماسک و شست‌وشوی دست‌ها؛ مهم‌ترین راهکار مقابله با آنفلوانزا

2 دی 1404

متخصص عفونی با اشاره به آمار ابتلا به آنفلوانزا در فصل جاری، این میزان را در بازه انتظار و چندان نگران‌کننده ندانست و بر رعایت اصول پیشگیرانه به‌ویژه در گروه‌های پرخطر تأکید کرد.

دکتر آرمین وزیریان، متخصص بیماری‌های عفونی به تشریح وضعیت فعلی #آنفلوانزا و راهکارهای مقابله با آن پرداخت.

وی در پاسخ به پرسشی درباره آمار حدودی ۳۰ تا ۳۵ درصدی ابتلاء به آنفلوانزا، این رقم را کمی بالاتر از حد انتظار عنوان کرد اما افزود: ما انتظار داریم که در هر فصل آنفلوانزا حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد مردم مبتلا شوند و این آمار هر ساله اتفاق می‌افتد. امسال ویروس آنفلوانزا کمی دچار جهش شده و به همین دلیل ممکن است آمار بالاتر برود، اما شدت بیماری تفاوت زیادی با سال‌های قبل نکرده و خیلی نگران‌کننده نیست.

این کارشناس با بیان اینکه از پیک #آنفلوانزا تا حدی عبور کرده‌ایم، مهم‌ترین توصیه پیشگیرانه تا پایان فصل را استفاده از ماسک به‌ویژه در مکان‌های شلوغ و شست‌وشوی مرتب دست‌ها دانست.

تفاوت آنفلوانزا با سرماخوردگی و تظاهر متفاوت در سالمندان

وزیریان در ادامه به تمایزات #آنفلوانزا و #سرماخوردگی اشاره و اظهار داشت: آنفلوانزا بیماری نسبتاً مشخصی است و معمولاً به‌طور حاد و ناگهانی شروع می‌شود. فرد دچار تب بالا (معمولاً بالای ۳۸ درجه)، لرز، بدن‌درد، سردرد و درد پشت چشم می‌شود. این علائم معمولاً حدود سه روز طول می‌کشد و سپس کاهش پیدا می‌کند. بعد از آن، سرفه و گلودرد ممکن است تا یک هفته ادامه داشته باشد.

وی با هشدار درباره تظاهر متفاوت بیماری در سالمندان تصریح کرد: در افراد مسن، تظاهر بیماری ممکن است متفاوت باشد. مثلاً یک فرد ۸۰ ساله ممکن است تب یا بدن‌درد واضح نداشته باشد، اما ناگهان دچار بی‌اشتهایی یا کاهش سطح هوشیاری شود. در فصل آنفلوانزا، اگر فرد سالمندی چنین علائمی پیدا کند، باید به آنفلوانزا شک کرد و مصرف داروی ضد آنفلوانزا در همان ابتدای بیماری می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد.

هشدار درباره سرفه‌های طولانی‌مدت

این متخصص عفونی در پاسخ به سوالی درباره سرفه‌های ممتد پس از بیماری گفت: سرفه‌های آنفلوانزا معمولاً حداقل یک هفته ادامه دارد و اغلب بیش از ۱۰ روز طول نمی‌کشد. البته اگر آنفلوانزا باعث تشدید سینوزیت شود، ممکن است سرفه‌ها بیشتر از دو هفته ادامه یابد. در این موارد، اگر سرفه بیش از ۱۰

روز طول کشید، توصیه می‌کنیم فرد حتماً به متخصص عفونی مراجعه کند.

وزیران در رادیو گفت‌وگو خاطرنشان کرد با توجه به گذشت زمان از واکسیناسیون، رعایت اصول بهداشتی کلیدی‌ترین عامل برای کنترل بیماری در باقی‌مانده فصل است.