

# واکسن آنفولانزا بزنییم یا نرنییم؟!

سازمان‌های پزشکی توصیه می‌کنند که همه افراد 6 ماهه و بالاتر بهتر است سالانه واکسن آنفولانزا دریافت کنند. با این حال، تنها تعداد کمی افراد از این توصیه پیروی می‌کنند.

از جمله دلایلی که افراد برای آنفولانزا واکسینه نمی‌شوند، ترس از عوارض و این باور فراگیر است که واکسن آنفولانزا می‌تواند باعث بیماری آنفولانزا شود.

## واکسن آنفولانزا چیست؟

واکسن آنفولانزا یک اقدام پیشگیرانه برای محافظت در برابر بیماری آنفولانزا است. آنفولانزا یک بیماری تنفسی مسری ناشی از ویروس آنفولانزا است. این واکسن که سالانه تجویز می‌شود، با تحریک سیستم ایمنی برای شناسایی و مبارزه با گونه‌های خاص ویروس عمل می‌کند. واکسن آنفولانزا معمولاً حاوی ویروس‌های زنده غیرفعال (کشته شده) یا ضعیف شده است که بدون ایجاد بیماری باعث ایجاد پاسخ ایمنی در بدن می‌شوند.

تزریق واکسن آنفولانزا کار مفیدی است، زیرا بیماری آنفولانزا می‌تواند منجر به عوارض شدید، به ویژه در افراد آسیب پذیر مانند سالمندان، کودکان خردسال و افرادی با بیماری زمینه‌ای شود. واکسیناسیون به کاهش انتشار ویروس کمک می‌کند، شدت علائم افراد مبتلا را کاهش می‌دهد و در نهایت خطر بستری شدن در بیمارستان و مرگ ناشی از این بیماری را کمک می‌کند. همچنین عوارض واکسن آنفولانزا کم است و اغلب مشکل بابت تزریق آن ایجاد نمی‌شود.

## انواع واکسن آنفولانزا

انواع بسیاری از واکسن‌های آنفولانزا در برندها و دوزهای مختلف وجود دارند. به همین خاطر از پزشک خود بپرسید که کدام نوع واکسن برای شما بهتر است. واکسن معمولی آنفولانزا از شما در برابر سه ویروس مختلف آنفولانزا محافظت می‌کند که در عضله شما تزریق می‌شود. اگر 65 سال یا بیشتر دارید، می‌توانید واکسن آنفولانزا با دوز بالا

دریافت کنید. این واکسن چهار برابر قوی‌تر از واکسن معمولی آنفلوانزا است.

نوع دیگری از واکسن آنفلوانزا از شما در برابر چهار ویروس مختلف محافظت می‌کند. شما می‌توانید آن را در یک بار تزریق دریافت کنید. همچنین واکسن آنفلوانزای داخل جلدی یک سوزن بسیار کوچک است که وارد پوست می‌شود. اگر بین 18 تا 64 سال دارید، می‌توانید این نوع واکسن را دریافت کنید. به طور کلی، انواع واکسن آنفلوانزا عبارتند از:

- واکسن آنفلوانزای غیرفعال (IIV): این واکسن حاوی ذرات ویروس کشته شده است و رایج‌ترین نوع واکسن آنفلوانزا محسوب می‌شود. این واکسن در دوز استاندارد و با دوز بالا موجود است. معمولاً به صورت تزریقی می‌توانید آن را دریافت کنید.
- واکسن آنفلوانزای ضعیف شده زنده (LAIV): این واکسن حاوی ویروس زنده ضعیف شده است. این واکسن برای تحریک پاسخ ایمنی بدون ایجاد بیماری کاربرد دارد. این واکسن به عنوان اسپری بینی برای افراد سالم 2 تا 49 ساله تجویز می‌شود.
- واکسن نوترکیب آنفلوانزا (RIV): این واکسن با استفاده از فناوری DNA نوترکیب تولید شده است که امکان فرآیند تولید کارآمدتر را بدون نیاز به ویروس فراهم می‌کند. این واکسن به صورت تزریقی برای افراد 18 سال به بالا مناسب است.
- واکسن چهار ظرفیتی: این واکسن در برابر چهار سویه ویروس آنفلوانزا (دو سویه A و دو سویه B) از شما محافظت می‌کند. این واکسن محافظت گسترده‌تری نسبت به واکسن‌های سه ظرفیتی دارد و برای همه گروه‌های سنی توصیه می‌شود.
- واکسن با دوز بالا: این واکسن که به طور خاص برای افراد مسن طراحی شده است، حاوی دوز بالاتری از آنتی ژن است تا پاسخ ایمنی قوی‌تری ارائه دهد. این واکسن به صورت تزریقی برای افراد 65 ساله و بالاتر می‌شود.



## عوارض واکسن آنفولانزا

واکسن آنفولانزا موثرترین راه برای پیشگیری از آنفولانزا است. این واکسن حدود 2 هفته طول می‌کشد تا از شما محافظت کند. پس از تزریق واکسن، هنوز احتمال ابتلا به بیماری آنفولانزا وجود دارد که بسته سن و میزان سلامتی شما متفاوت خواهد بود. همچنین بستگی دارد که واکسن چقدر با نوع آنفلوآنزای رایج مطابقت دارد. حتی اگر مریض شوید، این احتمال وجود دارد که بیماری شما خفیف‌تر باشد. با این حال، مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری (CDC) عوارض جانبی رایج زیر را که ممکن است افراد در اثر تزریق واکسن آنفولانزا تجربه کنند، فهرست کرده است:

- درد، قرمزی یا تورم در محل تزریق واکسن
- سردرد
- تب
- حالت تهوع
- دردهای عضلانی
- خستگی

معمولاً عوارض جانبی واکسن آنفولانزا حداکثر چند روز طول می‌کشد و معمولاً خفیف هستند؛ اما اگر پس از دریافت واکسن آنفولانزا هر یک از علائم زیر را داشتید به اورژانس بروید. شدیدترین عوارض واکسن آنفولانزا عبارتند از:

- تب شدید
- گرفتگی صدا
- ضعف بدنی

- رنگ پریدگی
- سرگیجه
- ضربان قلب
- مشکل در تنفس
- کهیر
- تورم اطراف لب یا چشم
- تغییر در رفتار (عصبانیت)

**صفر تا صد**  
**چاپ کتاب**

**باتیمی از نویسندگان و مولفان مجرب**  
**با تخفیف ویژه برای فرهنگیان**

فرصت مناسب برای داوطلبان  
آزمون دکتری

**۰۹۱۲ ۷۸۱ ۴۸۳۸**  
**انتشارات رویای آبی**

## آیا عوارض جانبی واکسن آنفولانزا بدتر از ابتلا به بیماری آنفولانزا است؟

پزشکان می‌گویند که خطرات بالقوه یک نوع شدید از بیماری آنفولانزا بسیار بیشتر از خطرات مربوط به عوارض واکسن آنفولانزا است. برخی افراد آنفولانزا را با سرماخوردگی شدید یکی می‌دانند. در حالی که آنفولانزا و سرماخوردگی علائم مشترکی دارند، اما آنفولانزا می‌تواند افراد را برای چند روز تا دو هفته از بین ببرد و همچنین می‌تواند عواقب بسیار وحشتناک‌تر داشته باشد.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری اشاره می‌کند که برخی از افرادی که به آنفولانزا مبتلا می‌شوند، دچار عوارضی مانند ذات‌الریه، التهاب قلب (میوکاردیت)، التهاب مغز (آنسفالیت)، یا نارسایی تنفسی می‌شوند. این عوارض می‌توانند منجر به بستری شدن در بیمارستان و مرگ شوند. حتی اگر واکسینه شده باشید ممکن است به آنفولانزا مبتلا شوید، اما احتمال مرگ یا بستری شدن در ICU بسیار کم است.

در بررسی عوارض واکسن آنفولانزا می‌توان گفت که ایمن‌سازی آنفولانزا ممکن است یک واکنش آلرژیک ایجاد کند، اما مواردی از این واکنش بسیار نادر است و تنها 1.35 در یک میلیون دوز را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بیشتر واکنش‌ها از تخم مرغ ساخته می‌شوند، اما CDC می‌گوید که افراد مبتلا به آلرژی تخم مرغ می‌توانند هر واکسن آنفولانزای مناسب با سن و وضعیت سلامتی خود را دریافت کنند، چه بر پایه تخم مرغ یا غیر تخم مرغ باشد.