

آنفلوآنزا یک عفونت تنفسی است که توسط ویروس آنفلوآنزا ایجاد می شود ویروس آنفلوآنزا به سرعت از فردی به فرد دیگر سرایت می کند، به خصوص در جاهایی که ازدحام جمعیت وجود دارد یا افراد نزدیک به هم زندگی، کار یا تحصیل می کنند. کودکان بیشتر در معرض ابتلا به آنفلوآنزا هستند و عامل اصلی شیوع

آنفلوآنزا هستند علائم آنفلوآنزا در کودکان:

مشکل تنفس یا تنفس سریع
عدم دریافت مایعات کافی
بی میلی به غذا و کم اشتهایی
خستگی و بیحالی
بی قراری پوست کبود
گلودرد و ورم گلو و سرفه خشک
تب همراه با بثورات
کاهش دفع ادرار و یا درد شکم و اسهال و استفراغ
علائمی که به نظر می رسد بهبود می یابند، اما دوباره برمی گردند یا بدتر می شوند.



کودکان چطور به آنفلوآنزا مبتلا می شوند؟

اگر کودک در معرض قطرات سرفه یا عطسه فرد مبتلا به آنفلوآنزا قرار گیرد، می تواند به آنفلوآنزا مبتلا شود از آنجا که ویروس آنفلوآنزا به سرعت تکثیر می شود، به راحتی در مدرسه، مهدکودک ها، زمین های بازی و حتی خانواده پخش می شود. علائم معمولاً یک تا چهارروز پس از برخورد بروز می کنند. میزان بروز علائم به سیستم ایمنی کودک بستگی دارد

درمان:

- ✓ استراحت و نوشیدن مایعات و **بخور**
- ✓ تغذیه مناسب (سوپ، آب گوشت، شیر، آب میوه و سبزی) بهبودی را تسریع می بخشد.
- ✓ اگر کودک تب داشت، تب را با دارویی که پزشک تجویز کرده و پاشویه پایین بیاورید.
- ✓ در صورت عدم کنترل تب سریعاً به مراکز درمانی مراجعه نمایید.
- ✓ اگر کودک بی قرار بود و درد داشت جهت تجویز مسکن با پزشک مشورت کنید، در صورت تایید از داروهای مسکن همچون استامینوفن استفاده نمایید.
- ✓ هیچ گاه بدون مشورت پزشک به کودک خود **آسپیرین** ندهید که می تواند باعث عوارض جبران ناپذیر شود.
- ✓ سرخود به کودک خود آنتی بیوتیک ندهید، چون ممکن است اصلاً نیازی به آن نباشد.
- ✓ کودک در عرض 3 تا 5 روز بهتر خواهد شد.



پیشگیری از آنفلوآنزا در کودکان

- از طریق ایمن سازی می توان از آنفلوآنزا پیشگیری کرد.
- اکثر افرادی که واکسینه می شوند به آنفلوآنزا مبتلا نمی شوند. از آنجایی که گونه های جدید آنفلوآنزا سالانه ظاهر می شوند، باید هر سال واکسن را دریافت کنید
- ✓ برای پیشگیری از انتقال بیماری به دیگران، لازم است هر بار بعد از دست زدن به ترشحات دهان، بینی و چشم، دست هایتان را با آب و صابون بشویید.
- ✓ هنگام سرفه و عطسه، در صورت استفاده از دستمال کاغذی آن را در سطل زباله دردار بیندازید.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



بیمارستان شهید بهشتی قزوین

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کار گروه آموزش سلامت

کد: SHBH-PAM-CGC-07

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴/۷/۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۷/۱



سرفه هایی که پس از یک هفته هنوز خوب نشده اند.

✓ داشتن نشانه های آنفولانزا در صورت داشتن بیماری های مزمن همچون سرطان، کم خونی، دیابت یا ناراحتی های قلب، ریه یا کلیه

✓ گوش درد

✓ خس خس سینه یا سخت نفس کشیدن

✓ مریض شدن مکرر

✓ تنها واکسن، برای پیشگیری از آنفولانزا کفایت نمیکند.

✓ در فصل شیوع بیماری، از دست دادن و روبوسی با دیگران تا حد امکان خودداری کنید.

✓ از راهنمایی های پزشک خود برای پیشگیری از عوارض و... استفاده کنید.

چه زمانی به پزشک مراجعه نماییم:

✓ اگر کودک شما زیر سه ماه است و تب 38 درجه سلسیوس یا بیشتر دارد.

✓ اگر کودک شما بین 3 تا 6 ماه است و تب بالای 38.3 درجه سلسیوس یا بیشتر دارد.

✓ اگر کودک شما بالاتر از 6 ماه سن و تب بالای 39.4 درجه سلسیوس یا بیشتر دارد.

✓ بیشتر از سه روز تب داشتن

✓ سرفه هایی که پس از یک هفته هنوز خوب بیماری نشده اند.

✓ داشتن نشانه های آنفولانزا در صورت داشتن بیماری های مزمن همچون سرطان، کم خونی،

دیابت یا ناراحتی های قلب، ریه یا کلیه

✓ گوش درد

✓ خس خس سینه یا سخت نفس کشیدن

✓ مریض شدن مکرر (سینوزیت، سینه پهلوی و ...)