

## اسئله يكثر طرحها حول مرض الانفلونزا

- ١- ما هو مرض الانفلونزا ؟  
هو مرض يصيب الجهاز التنفسي ويسببه احد فيروسات الانفلونزا العديدة ويمكن أن ينتقل من انسان لآخر .
- ٢- كيف ينتقل المرض ؟  
أ- عن طريق الرذاذ الذي ينتج من خلال العطس أو السعال .  
ب- لمس الاسطح الملوثة بالرذاذ الصادر عن الجهاز التنفسي.
- ٣- ما هي أعراض المرض ؟ ارتفاع في درجة الحرارة أكثر من ٣٨ م مصحوبا واحد أو أكثر من الاعراض التالية:  
أ- الصداع ، السعال  
ب- سيلان الأنف  
ج- احتقان بالحلق  
د - الأم بالعضلات  
هـ - صعوبة في التنفس  
و- أحيانا قيء وإسهال .
- ٤- ما مدى خطورة المرض ؟  
تكون معظم الإصابات خفيفة ولا تحتاج لرعايه خاصه الا انه قد تحدث مضاعفات ونادرا الوفاة خاصة في حالة إصابة مرضى من فئات الاخطار.
- ٥- ما هي فترة حضانة المرض ؟  
هي الفترة الممتدة من وقت العدوى حتى بدء الاعراض وتتراوح من (١-٧) أيام وفي المتوسط ٤ ايام .
- ٦- ما هي فترة العدوى للمرض ؟  
تمتد من يوم واحد قبل ظهور الاعراض وتستمر حتى خمسة ايام بعد بدء الاعراض.
- ٧- هل يستطيع الفيروس ان يعيش خارج الجسم ؟  
نعم يستطيع فيروس الانفلونزا البقاء لمدة ساعتين أو أكثر على الاسطح مثل المقاعد ، والمكاتب ومقابض الابواب والادوات المنزلية. ولذا فإن غسل الايدي المنتظم يساعدك على تقليل فرص التعرض للفيروسات من الاسطح الملوثة.
- ٨- ما هي المضاعفات التي تستدعي مراجعة الطبيب عاجلا وخاصة عند الاطفال ؟ عند حدوث واحد أو أكثر من الاعراض التالية:  
أ- استمرار الحراره لمدة ٤٨ ساعه بالرغم من استخدام خافضات الحراره.  
ب- سرعة أو صعوبة التنفس .  
ت- ازرقاق الجلد .  
ث- عدم قدرة الطفل على شرب المياه والرضاعة الطبيعية .  
ج- تشنجات .  
ح- قي مستمر .  
خ- حرارة مع طفح جلدي .  
د- فقدان الوعي أو الخمول .  
ذ- معاودة اعراض الانفلونزا بعد التحسن المبدئي.
- ٩- ما هي المؤشرات لحدوث المضاعفات عند الكبار ؟  
عند حدوث واحد أو أكثر من الاعراض التالية:  
أ- استمرار ارتفاع درجة الحراره رغم المعالجه بخافضات الحراره .  
ب - صعوبة أو ضيق بالتنفس .  
ت- ألم باليطن او الصدر .  
ث- هبوط الضغط .  
ج- الشعور المفاجيء بالدوخة وعدم التركيز .

ح- قيء شديد أو مستمر .

خ- أزرقاق.

١٠ - إين يمكن التوجه عند ظهور اعراض الانفلونزا ؟  
في حال الاعراض الخفيفة يمكن مراجعة أقرب مركز صحي أو استشارة اقرب طبيب وفي حال ظهور مؤشرات لمضاعفات يجب التوجه الى أقرب مستشفى معتمد.

١١ - هل يوجد فحص مخبري للتأكد من الإصابة بالانفلونزا ؟  
نعم ، ويتم عمل هذا الفحص للحالات التي تستدعي الدخول للمستشفى ويجرى الفحص في مستشفيات وزارة الصحة ومستشفيات القطاع الخاص والخدمات الطبيه الملكيه والجامعات.

١٢ - هل ينتقل الفيروس عن طريق الطعام والشراب ؟  
لا ينتقل الفيروس عن طريق الطعام والشراب .

١٣ - كيف يمكن الوقاية من الانفلونزا ( كيف تحمي نفسك وغيرك ) ؟  
أ- غسل اليدين بالماء والصابون.

ب- تغطية الفم والانف أثناء السعال أو العطاس باستخدام منديل ورقي والتخلص منه بعد الاستعمال مباشرة.  
ت- عدم ملامسة الانف والعينين .

ث- التنظيف المستمر للأسطح والأرضيات بالمطهرات المنزلية المتوفرة.

ج- التزام البيت عند الشعور باعراض الانفلونزا واستشارة الطبيب .

ح- تجنب الاماكن المزدحمة .

١٤ - ما هي فئات الاخطار أي الفئات التي يمكن أن يكون فيها المرض لديه شديدا" ؟  
أ- الاطفال خاصة دون السنتين من العمر.

ب- الحوامل

ت- الذين يعانون من امراض مزمنة مثل( الربو والسكري وامراض القلب ).

ث- كبار السن(فوق ٦٥ سنة).

ج- الكوادر الصحيه.

ح- البدانه خاصة البدانة المفرطه.

١٥ - هل العلاج الفيروسي مفيد للانفلونزا؟  
نعم ولا يصرف الا اذا كان بوصفه طبية.

١٦ - هل المصاب بالانفلونزا بحاجة للدخول للمستشفى؟  
اغلب الحالات تعالج منزليا إلا إذا رأى الطبيب المعالج إدخال المريض للمستشفى.

١٧ - ما هي الارشادات العامة للوقاية من الانفلونزا ؟

أ- الابتعاد عن الاماكن المزدحمة والمغلقة سيئة التهوية .

ب- غسل اليدين بالماء والصابون أو بالمطهرات المتوفرة.

ت- عدم استخدام ادوات الغير .

ث- اخذ مطعوم الانفلونزا الموسمي ان امكن ذلك.

ج- مراجعة المراكز الصحية عند الشعور باعراض الانفلونزا.

١٨ - ما هي النصائح المتبعة للتعامل مع مريض الأنفلونزا في المنزل ؟

أ- بقاء المريض في المنزل حتى تمام الشفاء واتباع التوصيات الطبية

ب- تهوية الغرفة جيدا ، وعدم استخدام المراوح داخل الغرفة

ت- غسل الأيدي.

ث- التنظيف والتطهير للأسطح والأرضيات باستخدام المطهرات المنزلية .