گزارش خبر
NEWSREPORT

کد خبر: ۵۱۲۹۸۶
یکشنبه ۷ دی ۱۴۰۴ ۴:۱۱

راهنمای تشخیص زودهنگام و مدیریت علائم در خانه و مراکز درمانی

از تب ناگهانی تا درمان سریع؛ تصویر کامل علائم آنفولانزا

با آغاز فصل سرما، موارد ابتلا به آنفولانزا در کشور افزایش یافته و متخصصان نسبت به بروز علائم شدید، عوارض ریوی و قلبی و خطرات آن در کودکان، سالمندان و زنان باردار هشدار می‌دهند. آنفولانزا یک بیماری حاد تنفسی است که با تب ناگهانی، بدن‌درد، سرفه خشک و بی‌حالی شدید آغاز می‌شود و در صورت عدم درمان به‌موقع می‌تواند به پنومونی، عفونت‌های ثانویه و بستری منجر شود.

به گزارش سلامت ۲۴، آنفولانزا در فصل سرما با تب ناگهانی، بدن‌درد و سرفه خشک آغاز می‌شود و بسیاری از خانواده‌ها را درگیر می‌کند. شدت علائم و شباهت آن با سرماخوردگی و کرونا، تشخیص را دشوار کرده و اهمیت توجه به نشانه‌های خطر و درمان زودهنگام را بیشتر می‌کند. پزشکان می‌گویند کودکان، سالمندان و زنان باردار بیش از دیگران در معرض عوارض جدی قرار دارند.

درد قفسه سینه و علائم گوارشی؛ نشانه‌هایی که نباید نادیده گرفت

درد قفسه سینه در مبتلایان به آنفولانزا معمولاً ناشی از التهاب راه‌های تنفسی و سرفه‌های شدید است، اما اگر با تنگی‌نفس، کبودی لب‌ها، درد فشارنده یا بدترشدن سریع همراه شود، احتمال پنومونی یا عوارض قلبی–ریوی مطرح است و نیاز به ارزیابی اورژانسی دارد.

تهوع و استفراغ نیز به‌ویژه در کودکان شایع است و معمولاً با مایعات، وعده‌های کوچک و پرهیز از غذاهای چرب کنترل می‌شود. در موارد کم‌آبی، پزشک محلول ORS یا مایعات وریدی تجویز می‌کند.

گلودرد آنفولانزا؛ تفاوت با عفونت باکتریایی

گلودرد همراه تب و بدن‌درد بیشتر به نفع آنفولانزاست تا فارنژیت باکتریایی. اقدامات تسکینی شامل نوشیدن مایعات گرم، قرقره آب‌نمک، استراحت صوتی و مصرف مسکن‌های مجاز است. در صورت مشاهده تب بالا و نقاط چرکی روی لوزه‌ها باید برای استرپتوکوک ارزیابی انجام شود.

راه‌های انتقال ویروس

ویروس آنفولانزا از طریق:

قطرات تنفسی
تماس نزدیک
سطوح آلوده
ذرات معلق در محیط‌های بسته

منتقل می‌شود. لمس چشم، بینی یا دهان با دست آلوده و حضور در مکان‌های شلوغ بدون تهویه مناسب، خطر ابتلا را افزایش می‌دهد.

تشخیص آنفولانزا

تشخیص بر اساس علائم، فصل شیوع و تماس‌های اخیر انجام می‌شود. در موارد شدید یا گروه‌های پرخطر، تست‌های آزمایشگاهی مانند RT-PCR از نمونه نازوفارنکس انجام می‌شود. تست‌های آنتی‌ژنی سریع پاسخ فوری می‌دهند اما حساسیت کمتری دارند. در بیماران پرخطر، شروع درمان ضدویروسی نباید به تأخیر بیفتد.

درمان آنفولانزا؛ از داروهای ضدویروس تا مراقبت خانگی

هدف درمان، کنترل علائم و جلوگیری از پیشرفت بیماری است. اقدامات اصلی شامل:

استراحت کافی
مصرف مایعات فراوان
استامینوفن برای تب و سردرد
داروهای ضداحتقان مانند فنیل‌افرین یا سودوافدرین

ضدسرفه‌ها مانند دکسترومتورفان
خلط‌آورها مانند گایفنزین
داروهای ضدویروس
داروهای اصلی شامل:
اوسلتامیویر
زانامیویر
پرامیویر
بالوکساویر

این داروها در ۴۸ ساعت اول بیشترین اثر را دارند.

درمان در گروه‌های خاص

کودکان

درمان شامل:

کنترل تب با استامینوفن

مایعات فراوان

سالین بینی

استراحت کافی

از آسپیرین به دلیل خطر سندرم رای باید پرهیز شود.

بارداری

بارداری خطر عوارض آنفولانزا را افزایش می‌دهد. درمان شامل:

شروع سریع ضدویروس با نظر پزشک

کنترل تب با استامینوفن

مصرف مایعات و استراحت

واکسن غیرفعال آنفولانزا در هر سه‌ماهه ایمن و توصیه‌شده است.

تغذیه مناسب در دوران بیماری

غذاهای مفید شامل:

آب‌میوه‌های طبیعی رقیق
غذاهای پروبیوتیک
سوپ رقیق و غذاهای سبک
غلات و سبزیجات پخته

غذاهای مضر:

غذاهای چرب و سرخ‌کرده

فست‌فودها

نوشیدنی‌های انرژی‌زا

عوارض آنفولانزا

عوارض شایع شامل:

عفونت گوش

سینوزیت

پنومونی

سقط جنین در بارداری

نقص لوله عصبی در جنین

در کودکان نیز تشنج ناشی از تب، دهیدراسیون و پنومونی دیده می‌شود.

پیشگیری؛ واکسن سالانه همچنان مؤثرترین راهکار

پیشگیری بر پایه:

واکسن سالانه آنفولانزا

شست‌وشوی دست

استفاده از ماسک در محیط‌های شلوغ

تهویه مناسب

خواب کافی و تغذیه مناسب

ویروس آنفولانزا هر سال دچار جهش می‌شود، بنابراین تزریق سالانه واکسن ضروری است.

جمع‌بندی

آنفولانزا یک بیماری حاد تنفسی با شروع ناگهانی و علائم شدید است که عمدتاً توسط ویروس‌های A و B ایجاد می‌شود. دوره واگیری معمولاً حدود هفت روز است و در کودکان و افراد دارای نقص ایمنی طولانی‌تر می‌شود. تشخیص بر پایه شرح‌حال و معاینه است و تست‌های مولکولی در موارد لازم کمک‌کننده‌اند. درمان بر کنترل علائم استوار است و داروهای ضدویروس در گروه‌های منتخب می‌توانند شدت و مدت بیماری را کاهش دهند. شناخت الگوی فصلی و علائم کلیدی، تصمیم‌گیری بالینی را سریع‌تر و دقیق‌تر می‌کند.

منبع: دکتر تو

تنظیم کننده خبر: علیرضا آتشی