

انفلوانزا در تمام سنین به غیر از دوران شیرخوارگی دیده می شود. همچنین کودکان به علت سیستم دفاعی ضعیف بیشتر به این بیماری مبتلا می شوند. چون این بیماری واگیر دار است در مکان های عمومی امکان انتقال بیماری آنفلوانزا زیاد می باشد

عوارض آنفلوانزا چیست؟

از عوارض آنفلوانزا میتوان به سینه پهلو، سینوزیت، عفونت گوش میانی و التهاب مجاری هوایی (برونشیت) و التهاب بافت میانی مغز (انسفالیت) اشاره کرد.

درمان آنفلوانزا:

آنفلوانزا در عرض 10-7 روز در صورتی که هیچ عارضه ای رخ ندهد خودبخود بهبود می یابد اما اگر عارضه ای رخ دهد، درمان با آنتی بیوتیک معمولاً ضروری است، و بهبود ممکن است 3-6 هفته به درازا انجامد. مصرف دارو حتما باید با صلاحدید و تجویز

پزشک انجام شود

اقدامات زیر برای کاهش علائم و بهبود بیماری آنفلوانزا موثر است

1- استراحت در منزل بویژه در هنگام تب: بهترین درمان برای آنفلوانزا استراحت است. استراحت کمک می کند تا بدن با ویروس به خوبی مبارزه کند

2- استفاده از مایعات فراوان مانند آب، آب میوه و سوپ رقیق غرغره آب یا آب نمک ولرم چند بار در روز باعث می شود سوزش گلو بهبود یابد.

3- خودداری از استعمال دخانیات، سیگار و الکل استفاده از قطره های بینی حاوی آب و نمک برای تخفیف گرفتگی بینی، موثر است

4- قطره‌های بینی که حاوی آب و نمک (سرم فیزیولوژی) هستند به کاهش ترشحات بینی و مرطوب شدن پوست داخل بینی کمک می‌کنند.

5- برای افزایش رطوبت هوا از یک دستگاه بخور استفاده نمایید. رطوبت کمک می‌کند تا ترشحات ریه رقیق و بنابراین راحت‌تر تخلیه شوند.

6- برای جلوگیری از سرایت بیماری آنفولانزا به دیگران، از دست دادن خوداری کنید و دستان خود را مرتباً بشویید، خصوصاً پس از فین کردن یا پیش از دست زدن به غذا یا مواد غذایی.

7- روی عضلاتی که دچار درد هستند کمپرس گرم بگذارید.

8- هنگام بیماری از حضور در اماکن عمومی خودداری کنید.

9- از رهاکردن دستمال کاغذی‌های مصرف شده در محیط خودداری کنید.