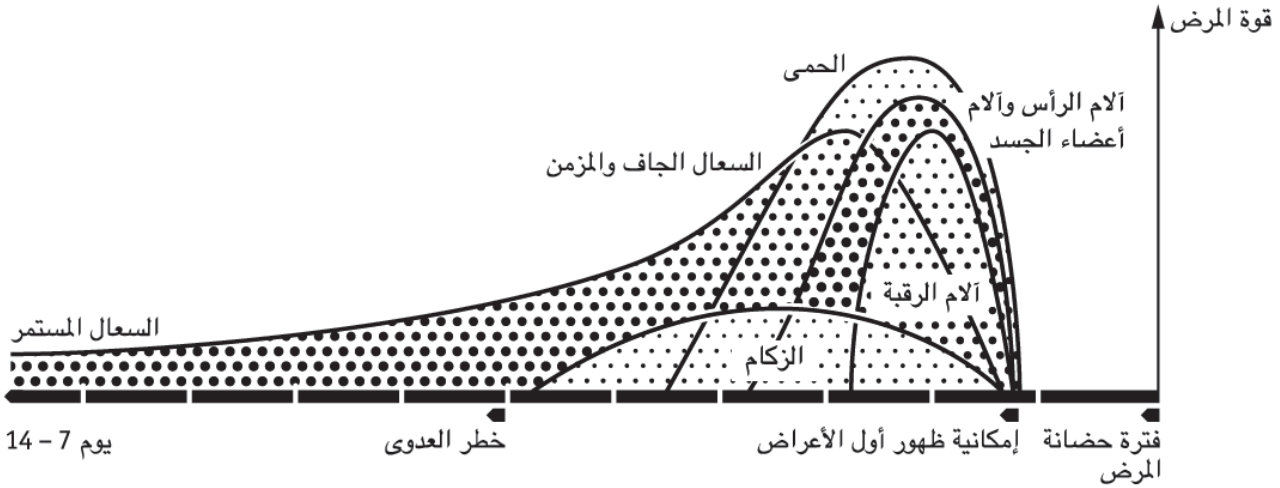
الإنفلونزا - نزلة البرد الحقيقية



الإنفلونزا - ما مسبباتها؟

عند الحديث عن الإنفلونزا فإننا أمام مرض معدٍ خطير متسبب فيه فيروس يسمى "فيروس الإنفلونزا"، فنزلات البرد العادية تسببها أنواع كثيرة من الفيروسات، إلا أن هذه النزلات تكون أخف من نزلات برد الإنفلونزا. ويعد فيروس الإنفلونزا الأكثر انتشارا على مستوى العالم، حيث يمكن أن يصيب العديد من البشر المتواجدين في مكان واحد.

كيف يصاب الإنسان بالإنفلونزا؟

تصيب فيروسات الإنفلونزا خلايا الأغشية المخاطية الموجودة بالمداخل الهوائية، وتعمل على تدميرها وتنتشر لتصيب الخلايا الأخرى، وتتسبب الإلتهابات الناشئة عن ذلك في ظهور أعراض مرض الإنفونزا، ويعد استنشاق الرذاذ المحمل بالفيروس والمتناثر من إنسان مريض عند السعال أو العطس إحدى أهم طرق انتقال المرض، وكذلك عبر الأيدي - ومن النادر أن ينتقل الفيروس عبر الأشياء وملامستها كمقابض أبواب الأتوبيسات والعصا الداعمة بها. ويزداد خطورة الإصابة بالمرض وانتشاره عند تجمع العديد من البشر في غرفة مغلقة.

ما أعراض الإصابة بالإنفلونزا وما هو الخط الزمنى للإصابة؟

يستغرق الأمر يومين من تاريخ الإصابة بالعدوى لظهور أولى علامات المرض, فنزلات البرد تبدأ بشكل بطيء، أما الإنفلونزا فتحل فجأة وبسرعة - وغالبا ما يصاحبها ارتفاع درجة حرارة الجسم تتعدى 38.5 درجة مئوية ويصاحبها أيضا السعال الجاف وبحة الصوت والتهاب الحلق والصداع وآلام العضلات والضعف والخمول. ومن الممكن أن يكون هناك أعراض أخرى كالقشعريرة والتعرق وفقدان الشهية والغثيان والقيء والنزلات المعوية وغيرها. وتختلف الأعراض ودرجاتها من مريض لآخر.

ويمتد خطر انتقال العدوى للآخرين من يوم وحتى خمسة أيام تقريبًا بعد ظهور أعراض المرض. وغالبا ما يتعافى الإنسان من الإنفلونزا بعد أسبوع أو اثنين دون وجود عواقب، إلا أن السعال قد يستمر فترة أطول، خاصة عند كبار السن.

كيفية معالجة الإنفلونزا وما الواجب مراعاته في هذا الصدد؟

تساعد المضادات الحيوية في حالة الأمراض البكتيرية، إلا أن الأمر مختلف في حالة الإنفلونزا، فهو مرض فيروسي، ولهذا فليس ثمة فاعلية لهذه الأدوية. ومن الأشياء التي تساعد في عملية التعافي من ذلك المرض الفيروسي الراحة الجسمانية والنوم بشكل كافٍ وشرب سوائل كافية وتجنب عن التدخين ولحماية المتواجدين في نفس محيط المريض يرجى الانتباه للآتي:

- السعال والعطس بقدر الإمكان داخل المنديل لمرة واحدة ثم رميه بالقمامة أو داخل محنية الذراع في حالة عدم وجود منديل
- تغسل الأيدي بشكل أكثر من المعتاد مع تجنب السلام بالأيدي
- الاهتمام بتهوية غرفة المريض بانتظام
- يعزل المريض عن باقي أفراد الأسرة خاصة عند النوم وعند الأكل

ويعد التطعيم ضد الإنفلونزا الإجراء الوقائي الأهم والأكثر فاعلية، ويجرى هذا التطعيم سنويًا قبل بداية موسم الإنفلونزا، أي قبل تشرين الأول/ تشرين الثاني.

تتحمل مستشفى برلين وجامعة فريدريش-شيلر (Jena) كافة المسئولية عن المعلومات الطبية المقدمة في هذا المنشور، وذلك في إطار مشروع (RAI) وموقعه الكتروني (www.rai-projekt.de). حقوق النشر محفوظة لشركة ليندجرين برلين 2016، شركة ذات مسئولية محدودة.
هذه المعلومات الطبية مقدمة لكم باعتباركم كبار بالغين، ولا يصح باستخدامها في التشخيص الذاتي أو العلاج دون استشارة الطبيب المعالج. هذه النصائح والتوجيهات قد تكون غير مناسبة للأطفال.