

حقایقی دربارہ

آنفلوآنزا

امسال مبتلا به آنفلوآنزا شده اید ؟

شما تنها نیستید ، تقریباً ۲۰٪ از مردم هر سال به آنفلوآنزا مبتلا می شوند
این پوستر حقایقی از آنفلوآنزا را تقدیم شما میکند ...



علائم سردرد
تب و لرز
آبریزش و احتقان بینی
سرفه
آزدگی گلو
درد عضلانی
خستگی

سرایت
هر فرد مبتلا می تواند از
1 روز قبل تا 7 روز
بعد از بروز علائم ناقل
و پروس باشد

اوج شیوع
آذر دی بهمن اسفند

روش انتقال

استنشاق قطرات حاوی ویروس در عطسه و سرفه
تماس دست آلوده با چشم ، گوش و بینی

پیشگیری

شستشوی سطوح با محلول رقیق شده سفید کننده لباس
شستشوی مرتب دستان با آب و صابون
واکسیناسیون
کودکان بالای ۶ ماه
زنان باردار
کارکنان بهداشت و درمان
بیماران خاص
افراد پر مسافرت

عدم تماس با فرد بیمار
دفن مناسب دستمال کاغذی آلوده
مایعات فراوان
ورزش
مصرف روزانه میوه تازه

درمان
استراحت بخور مصرف مایعات و سوپ استامینوفن جهت تب



مراجعه به پزشک در صورت : گیجی ، سرفه ، استفراغ ، سردرد مقاوم ، سفتی گردن ، درد معده ، دردی در مفاصل و عضلات ، درد کمر و قفسه سینه