

Massachusetts Department of Public Health, 250 Washington Street, Boston, MA 02108

ما هي أنفلونزا اتش 1 ان 1؟

أنفلونزا اتش 1 ان 1 والمعروفة بـ "أنفلونزا الخنازير" هي مرض تنفسي يصيب الخنازير ويسببه نوع من فيروس الأنفلونزا. يتفشى مرض أنفلونزا الخنازير بشكل منتظم بين الخنازير. لا يصيب المرض الناس بشكل طبيعي ولكن انتقال العدوى للبشر أمر وارد كما أنه يحدث. تحدث العدوى بشكل أكبر بين الأشخاص الذين يحتكون بالخنازير ومن المحتمل أن تنتقل عدوى أنفلونزا الخنازير من شخص لآخر. منذ مارس 2009، وجدت حالات عديدة لهذا النوع الجديد من أنفلونزا اتش 1 ان 1 في الولايات المتحدة وحول العالم.

ما هي أعراض أنفلونزا اتش 1 ان 1 الجديدة عند البشر؟

تسبب أنفلونزا الخنازير أعراضا مشابهة لتلك التي تسببها الأنفلونزا الموسمية (البشرية). الأعراض الشائعة لأنفلونزا الخنازير مثل الأنفلونزا الموسمية هي الحمى والسعال والتهاب الحلق وقد تشمل الآم الجسد والصداع والقشعريرة والتعب. يصاب بعض الناس بالإسهال والتقيؤ. كما يوجد أشخاص مصابين بأنفلونزا الخنازير ويعانون بشكل أكبر من المرض حتى أنهم قد توفوا.

كيف لي أن اعرف احتمال إصابتي بأنفلونزا اتش 1 ان 1 الجديدة؟

إذا كنت تعاني من أعراض الأنفلونزا الموصوفة أعلاه وخاصة في حال انتقالك مؤخرا من المناطق التي أصيب فيها بعض الأشخاص بأنفلونزا الخنازير فعليك الاتصال بطبيبك وسوف يحدد أي الاختبارات وطرق العلاج انسب لك. لتشخيص أي نوع من فيروسات الأنفلونزا، يجب جمع عينة من المخاط من داخل الأنف بمعرفة الطبيب. يتطلب تحديد فيروس أنفلونزا الخنازير اختبارات معملية خاصة.

إذا كنت تعتقد أنك مصاب بأنفلونزا الخنازير وفي حاجة لرؤية طبيبك، عليك الاتصال مقدما وإعلامهم باحتمال إصابتك. بهذه الطريقة، يمكن اتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع انتشار العدوى للآخرين.

كيف يتم علاج أنفلونزا اتش 1 ان 1 الجديدة؟

على من هم مصابين بأي نوع من الأنفلونزا، مراعاة شرب كميات كافية من السوائل والاسترخاء وتناول وجبات صحية، غسل الأيدي بشكل متكرر ولزوم المنزل منعا لنشر عدوى الأنفلونزا بين الناس. يمكن استخدام أنواع الأدوية المسماة مضادات الفيروسات التي تستخدم في علاج الأنفلونزا الموسمية كعلاج لأنفلونزا الخنازير. يوجد القليل من فيروسات الأنفلونزا بما فيها أحدثها وهو أنفلونزا الخنازير ممن له القدرة على مقاومة بعض تلك الأدوية وليس جميعها. قد الأطباء بان يتناول المرضى أو بعضا ممن تظهر عليه أعراض المرض علاج مقاوم للفيروس.

ماذا لو سافرت مؤخرا إلى منطقة تم العثور على حالات إصابة بأنفلونزا اتش 1 ان 1 بين الناس؟

إذا سافرت مؤخرا إلى منطقة تأثرت بأنفلونزا الخنازير كن يقظا لأي أعراض شبيهة بالأنفلونزا. إذا كنت تعاني أي من هذه الأعراض، الزم المنزل منعا لنقل العدوى للآخرين واتصل بطبيبك؛ سيحدد طبيبك انسب الاختبارات وسبل العلاج لك. لتشخيص أي نوع من فيروسات الأنفلونزا، يجب جمع عينة من المخاط من داخل الأنف بمعرفة الطبيب. يتطلب تحديد فيروس أنفلونزا الخنازير اختبارات معملية خاصة.

هل هناك لقاح لأنفلونزا الخنازير؟

لا. في الوقت الحالي لا يوجد لقاح لأنفلونزا الخنازير. طبقا لمركز التحكم في الأمراض، من غير المحتمل أن يمنع لقاح الأنفلونزا الموسمية الإصابة بأنفلونزا الخنازير. ومع ذلك، فإن الحكومة الفيدرالية تعمل مع مصنعي اللقاح على تطوير لقاح من المحتمل أن يصبح متوفرا في خلال عدة شهور.

كيف لي أن احمي نفسي والآخرين من أنفلونزا اتش 1 ان 1 الجديدة؟

يمكنك حماية نفسك والآخرين من عدوى أنفلونزا الخنازير بنفس الشكل الذي تحمي به نفسك من الأنفلونزا الموسمية. تجنب مسك اليد أو المصافحة أو العناق أو التقبيل مع أي شخص يعاني من البرد أو الأنفلونزا. قم بغسيل اليدين كثيرا بالماء الدافئ والصابون واستخدم منظفات اليد الكحولية. تجنب لمس الأنف أو الفم أو العينين. قم بتنظيف الأشياء التي يتم لمسها غالبا كمقابض الأبواب والتليفونات إلى آخره. في حال إصابتك بمرض يشبه الأنفلونزا، الزم المنزل وابتعد عن العمل وتجنب الاتصال مع الآخرين منعا لنشر الفيروس.

كل من هو مصاب بأنفلونزا اتش 1 ان 1 والأمراض الشبيهة بالأنفلونزا ولا يتلقى العلاج في المستشفى، عليه أن يلزم المنزل منعا لنشر المرض بين الناس.

على من هو مصاب بمرض شبيه بالأنفلونزا أن يقوم بالتالي أثناء فترة الاستشفاء بالمنزل:

- استشير طبيبك بشأن أي رعاية خاصة للحوامل أو ممن يعانون من مرض السكر أو القلب أو الربو أو انتفاخ الرئة .
- استشير طبيبك بشأن تناول الأدوية المضادة للفيروس.
- الزم المنزل لمدة 7 أيام علي الأقل بعد بداية المرض؛ أو حتى زوال الأعراض (بما فيها الحمي) لمدة 24 ساعة أيهما كان أطول.
- احصل على قسطا كافيا من الراحة.
- تناول مشروبات صافية (مثل الماء والحساء والمشروبات الرياضية والمشروبات المنحلة كهربائيا للأطفال) منعا للجفاف.
- واري السعال والعطس. قم بتنظيف الأيدي بالصابون والماء والمنظفات الكحولية خاصة بعد استخدام المناديل الورقية وبعد السعال أو العطس على الأيدي.
- لا تكح مطلقا في اتجاه الآخرين.
- تجنب الاتصال القريب مع الآخرين - لا تراود العمل أو المدرسة أثناء فترة المرض.
- كن يقظا لعلامات تحذير الطوارئ (انظر بالأسفل) التي قد تشير إلى حاجتك للرعاية الطبية.

في حال حدوث الآتي للمريض بالمنزل، احصل على الرعاية الطبية في الحال:

- صعوبة في التنفس أو ألم في الصدر
- وجود بقع زرقاء أو بنفسجية علي الشفة
- التقيؤ وعدم القدرة على الحفاظ على السوائل
- وجود علامات الجفاف مثل الدوار أثناء الوقوف وغياب البول أو انعدام الدموع عند البكاء عند الاطفال
- وجود حالات صرع (مثل التشنجات اللاإرادية) ونقص الاستجابة عن المعتاد أو الارتباك

هل على لزوم المنزل إذا كنت معافي وهناك شخص مريض بمنزلي؟

لست في حاجة إلى لزوم المنزل أو التغيب من المدرسة ما لم تكن مريضا. ومع ذلك، ينصح بالحد من الاحتكاك غير اللازم بالآخرين قدر الإمكان. لو بدأت الشعور بالإعياء، خاصة بالحمى أو السعال، أو الشعور بالتعب، عليك لزوم لمنزل وتقليل الاتصال بالآخرين قدر الإمكان.

هل من الآمن طهي وتناول لحم الخنزير ومنتجاته؟

نعم. من الآمن تناول لحم الخنزير ومنتجاته المعدة بشكل سليم. لا تنتشر فيروسات أنفلونزا الخنازير عن طريق الطعام. لا يمكن إصابتك بأنفلونزا الخنازير من أكل لحم ومنتجات الخنزير.

للحصول عى مزيد من المعلومات حول الانفلونزا الموسمية أو الوبائية أو انفلونزا الطيور او انفلونزا الخنازير، من فضلك قم بزيارة المواقع الالكترونية المذكورة أدناه أو اتصل بإدارة الصحة العامة بولاية ماستشوستش، شعبة الأوبئة والتحصين على رقم 617-983-6800.

- الموقع الالكتروني التابع لإدارة الصحة العامة بولاية ماستشوستش عن الأنفلونزا

<http://www.mass.gov/dph/swineflu>

- المواقع التابعة لمركز التحكم في الامراض حول أنفلونزا اتش 1 ان 1

<http://www.cdc.gov/swineflu/>

4 مايو 2009