

## «الإنفلونزا» مرض العصر



«الإنفلونزا أكثر الأمراض شيوعاً»، كما أنّها من أخطر الأمراض، فقد تسبب في وفاة الملايين حول العالم، ويشبه في أعراضها أمراضاً أخرى، عن أعراضها وخطورتها ومضاعفاتها وأفضل السبل لعلاجها، إضافة إلى أمور أخرى نتعرف عليها مع الدكتور حسان العسه استشاري طب الأطفال وحديثي الولادة. ما الذي يسبب الإنفلونزا؟ الفيروسات التي تسبب الإنفلونزا نوعان ألف وباء، وتنتقل الإنفلونزا عن طريق الهواء من الجهاز التنفسي للشخص المصاب، كما يمكن أن تنتقل عن طريق الاتصال المباشر مع مفرزات الجهاز التنفسي. ما أعراض الإنفلونزا؟ يتميز المرض بظهور الحمى بشكل مفاجئ وألم في العضلات، والتهاب في الحلق وسعال جاف. وقد يتضمن عوارض إضافية كسيلان الأنف والصداع وحرقان في الصدر وألم في العين والحساسية للضوء. ما مدى خطورة الإنفلونزا؟ يخلط كثير من الناس بين الإنفلونزا ونزلات البرد أو الزكام العادي. إن إصابة الجهاز التنفسي بفيروس الإنفلونزا يمكن أن تؤدي إلى دخول المستشفى، وفي حالات قليلة تؤدي إلى الموت لا قدر الله، ولا سيما بالنسبة لمن هم فوق سن الـ65 عاماً أو أكثر، والأطفال الصغار، وقد تحدث الإصابة في أيّ مرحلة عمرية عند الذين لديهم ظروف طبية معينة. كما يمكن أن يزيد الحمل من احتمال حدوث مضاعفات طبية خطيرة من الإنفلونزا. ما المضاعفات المحتملة من الإنفلونزا؟ المضاعفات الأكثر شيوعاً للإنفلونزا هي الالتهاب الرئوي الجرثومي الثانوي، والالتهاب الفيروسي الرئوي الذي يحدث بنسبة أقل ولكن بمعدل وفيات أعلى. أما المضاعفات الأخرى فتشمل التهاب القلب والتهاب الشعب الهوائية. متلازمة "راي"

هي من المضاعفات التي تحدث في الأطفال وتظهر في صورة قيء شديد واختلاط ذهني، وقد تؤدي إلى غيبوبة بسبب تورم في الدماغ. ما أفضل وسيلة للوقاية من الإنفلونزا؟ التطعيم السنوي هو أفضل طريقة للوقاية من الإنفلونزا. هل هناك بديل للتطعيم في منع الإنفلونزا؟ التطعيم هو الوسيلة الرئيسية لمنع الإنفلونزا ومضاعفاتها، ولكن هنالك بعض الخطوات التي تساعد في منع انتشار أمراض الجهاز التنفسي مثل الإنفلونزا كتغطية الأنف والفم مع الأكمام أو منديل عند السعال أو العطس، ورمي المناديل الورقية بعيداً بعد استخدامها، وغسل اليدين كثيراً بالماء والصابون بعد السعال أو العطس، والابتعاد قدر الإمكان عن الأشخاص المصابين، في حال الإصابة بالإنفلونزا، والبقاء في المنزل لمدة 24 ساعة على الأقل بعد انتهاء الحمى. إذا كنت مريضاً لا تقترب من أشخاص آخرين للحيلولة دون انتقال العدوى إليهم، حاول ألا تلمس عينيك أو أنفك أو فمك حتى لا تساعد على انتشار المرض. متى يكون الشخص المصاب بالإنفلونزا معدياً؟ خلال فترة اليوم إلى يومين اللذين يسبقان ظهور الأعراض وتنتهي إمكان العدوى خلال 4-5 أيام بعد ظهور الأعراض. هل من الممكن الإصابة بالإنفلونزا أكثر من مرة؟ نعم، لأن فيروسات الإنفلونزا تتغير باستمرار والإصابة بسلسلة واحدة لا توفر حماية ضد جميع السلالات. كم مرة يجب أن يعطى هذا اللقاح؟ يُعطى لقاح الإنفلونزا كل عام بسبب انخفاض المناعة بعد عام من التطعيم ولأن اللقاح يحمي من الفيروس السائد تلك السنة فقط. متى ينبغي تطعيم الناس؟ يوصي الخبراء أن يتم التطعيم في أقرب وقت يتوافر فيه اللقاح. والذي يمكن أن يكون في أغسطس أو سبتمبر وينبغي أن يستمر التطعيم في الشتاء والربيع حتى مايو. من يتناول التطعيم؟ يوصى التطعيم لجميع الأشخاص في سن ستة أشهر فأكثر، وبشكل خاص صغار الأطفال والنساء الحوامل والأشخاص المصابين بأمراض صحية مزمنة مثل مرضى السكري والربو أو أمراض القلب والرئة. كما يوصى التطعيم لمن هم في سن الـ65 سنة وما فوق وللعاملين في مجال الرعاية الصحية، وغيرهم من الناس الذين يعيشون أو يعتنون بالأشخاص ذوي المخاطر العالية وصغار الأطفال. هل التطعيم باللقاح المعطل بالحقن العضلي آمن للنساء الحوامل؟ نعم، في الواقع من المستحسن التطعيم باللقاح المعطل للنساء اللواتي سيصبحن حوامل خلال موسم الإنفلونزا. فالنساء الحوامل في الثلثين الأخيرين من الحمل أكثر عرضة لدخول المستشفى، والمضاعفات الطبقية الخطيرة الناتجة من الإنفلونزا، وقد أظهرت دراسة حديثة أن خطر دخول المستشفى بسبب الإنفلونزا كان أعلى أربع مرات لدى النساء الحوامل، كما أن تطعيم الأم يوفر بعض الحماية لطفلها حديث الولادة. ما مدى سلامة هذا اللقاح؟ لقاح الإنفلونزا آمن جداً لأن ما نسبته أقل من 1 في المئة من متلقي اللقاح يحدث لديهم أعراض مثل الحمى والرعدة، وألم في العضلات لمدة 1-2 يوم بعد التطعيم، والآثار الجانبية الأكثر شيوعاً تشمل آلاماً واحمراراً أو تورماً في مكان الحقن وهي آثار مؤقتة، وتحدث في 15-20

في المئة من المتلقين، أما الأعراض الجانبية الخطيرة فهي نادرة جداً. ما مدى فعالية لقاح الإنفلونزا؟ تستمر المناعة بعد التطعيم لمدة عام، ويُعطى التطعيم عن طريق الحقن "المعطل" مناعة في نحو 70-90 في المئة من الأشخاص الأصحاء الذين تقل أعمارهم عن الـ65 عاماً. هل يمكن أن يتسبب اللقاح في مرض الإنفلونزا؟ لا، فلقاح الإنفلونزا عن طريق الحقن يحتوي على فيروسات مقتولة فقط، ولا يمكن أن يسبب مرض الإنفلونزا، علماً بأن أقل من 1 في المئة من الأشخاص الذين تم تطعيمهم تطورت عندهم أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا، مثل حمى بسيطة وآلام في العضلات، وهي أعراض خفيفة. وتحصل المناعة خلال أسبوع إلى أسبوعين بعد التطعيم ومن الممكن دائماً أن يتعرض الشخص لإصابة فيروسية قبل تكوين المناعة ويعتقد خطأ أنها من التطعيم. وأخيراً، يجب التذكير أن لقاح الإنفلونزا لا يحمي من الفيروسات الأخرى التي قد تكون لها أعراض مشابهة. ►