

## إنفلونزا الخنازير - إنفلونزا H1N1؟

- مرض وبائي حاد يصيب الخنازير بشكل رئيسي وينتقل عبر الاستنشاق ويؤدي فيروس الإنفلونزا من نوع (A) إتش 1 إن 1 حالة عالية من الإعياء إلا أنه نادر ما يتحول لوباء قاتل لها. وينتشر هذا المرض في موسمي الخريف والشتاء ولكن من الممكن أن ينتشر في أي وقت من العام، وهناك عدة سلالات لإنفلونزا الخنازير، شأنه في ذلك شأن الإنفلونزا التي تصيب الإنسان.

- هي نوع من أنواع فيروس الإنفلونزا وبالتحديد نوع «إيه»، ويختلف عن فيروس الإنفلونزا الذي يصيب الإنسان في تكوينه، وله القدرة على إصابة الإنسان أحيانا. ولقد تم العثور على إصابات بشرية في الماضي لكنها قليلة جدا وأصابت فقط الأشخاص الذين يعملون أو لهم اتصال مباشر مع الخنازير. أما مرض إنفلونزا الخنازير المتفشي حاليا فيختلف عن السابق، حيث ظهر نوع أو شكل جديد له القدرة على الانتقال من شخص إلى آخر وأيضا إلى الأشخاص الذين ليس لديهم اتصال مباشر أو غير مباشر مع الخنازير. وتتراوح مدة حضانه فيروس إنفلونزا الخنازير بين ثلاثة وسبعة أيام، وقد تمتد فترة أكثر لدى الأطفال الصغار.

### \* ما هي أعراض إنفلونزا الخنازير؟

. لا تختلف أعراض إنفلونزا الخنازير عن أعراض الإنفلونزا المعروفة، حيث تظهر أعراض الرشح العادية مع ارتفاع في درجة الحرارة، ورعشة تصحبها كحة وألم في الحلق مع آلام في جميع أنحاء الجسم وصداع وضعف أو وهن عام. ويصاب بعض الأشخاص بإسهال وقيء (تم رصدهما ببعض الحالات) ويجب الاعتماد على التحاليل والفحص المعلى بجانب شكوى المريض للتشخيص .

### \* كيف تتم العدوى؟

. بواسطة الرذاذ المنتشر في الهواء عند التنفس أو السعال أو العطس. ولا تزال استجابة الجسم لهذا الفيروس مجهولة.

## فيروس الإنفلونزا

يُعدّل فيروس الإنفلونزا بشكل دائم ليتغلب على جهاز المناعة



## \* في حال الإصابة بالمرض، ماذا ينبغي على المريض فعله؟

١. في حال الإصابة عليه البقاء في المنزل، ويجب عليه تغطية الأنف والفم عند العطس أو السعال بالمنديل ثم التخلص منه على الفور مع غسل اليدين جيداً في كل مرة، وهذا لوقاية المحيطين به من العدوى.

٢ - أما إن ظهرت أعراض الإنفلونزا لشخص قادم حديثاً من منطقة يتفشى فيها المرض ، أو تعامل مع شخص مصاب بالمرض، فيجب التوجه إلى الطبيب لعمل الفحوصات اللازمة لتشخيص المرض وتأكيد الإصابة.

## \* هل بقي لقاح الإنفلونزا من الإصابة بإنفلونزا الخنازير؟

. لا يوجد حتى الآن لقاح يقي من الإصابة بإنفلونزا الخنازير «أيه . إتش ١ إن ١»، ولكن من الممكن أن يوفر اللقاح الموسمي للإنفلونزا (flu vaccine) بعض الحماية ضد فيروس إنفلونزا الخنازير .

## \* هل يوجد علاج لإنفلونزا الخنازير؟

. تستخدم العقاقير المضادة للفيروسات، أوسيلتامفير oseltamivir المشهور باسم «تاميفلو» (tamiflu) أو عقار زانامفير (zanamivir) للحالات التي تم تأكيد تشخيصها بإنفلونزا الخنازير، لمدة خمسة أيام.

## \* ما هي سبل الوقاية؟

١. تغطية الأنف والفم عند العطس والسعال.

٢. غسل اليدين بالماء والصابون عدة مرات خاصة بعد العطس والسعال.

٣. التخلص من المناشف الورقية المستخدمة عند العطس على الفور.

٤. في حال الشعور بالمرض من المهم جداً عدم مغادرة المنزل والالتزام بالراحة.

٥. عدم لمس العينين والأنف قبل غسل اليدين.

٦. في المناطق الموبوءة يجب ارتداء القناع الواقي لدى الخروج من المنزل.

٧. اجتناب السفر للمناطق الموبوءة.

٨. الابتعاد عن التجمعات والأماكن المزدحمة.

### الوقاية من انفلونزا الخنازير

تشمل الأعراض ارتفاع الحرارة وآلام في الجسم وسيلان الأنف والتهاب الحلق والغثيان والتقيؤ والإسهال

■ في حال الإصابة بالمرض، ينبغي عليك البقاء في المنزل وعدم الذهاب إلى العمل أو المدرسة وعدم الإقتراب من الآخرين من أجل حمايتهم من العدوى وتفادي إصابتهم بالمرض



■ ضع منديلاً على الأنف والفم عند السعال أو عند العطس. استخدم مناديل ورقية نظيفة - إرم المناديل المستعملة في سلة النفايات أو في المراض

■ المواظبة على غسل اليدين مع استخدام الصابون والماء خصوصاً بعد السعال أو العطس. بعض المواد المخصصة للتنظيف وغيرها من المواد المطهرة أيضاً تساعد على الحد من انتشار الفيروس



■ تجنب لمس العينين أو الأنف أو الفم، فهذا عادة يساعد على انتشار الفيروس

■ تجنب مصافحة ومعانقة وتقبيل الآخرين والاقتراب منهم. الأفضل أيضاً تجنب أماكن تجمع عدد كبير من الأشخاص كمحطات القطارات. تجنب المستشفيات والمراكز الطبية إلا في الحالات الطارئة.

المصدر: مركز مراقبة الأمراض والوقاية الأميركية  
غرافيك نيوز: «الشرق الأوسط»