

این شماره:
آنفلوآنزای
جدید

موج آنفلوآنزای خوکی در ایران هر روز فراگیرتر می شود
برای مقابله با این موج آماده شده‌اید؟

خوک‌ها و آدم‌ها

منصوره مصطفی‌زاده

اولش طبق آداب مرسوم همه چیز انکار شد. در حالی که آنفلوآنزای جدید (موسوم به خوکی) به مهم‌ترین خبر تمام دنیا تبدیل شده بود، ما ادعا می‌کردیم هیچ راهی برای شیوع آن در دنیا نیست و تازه دارویش را هم داریم. بالاخره کار آن قدر بالا گرفت که وزارت بهداشت هم شیوع آن را در ایران تایید کرد. حالا آمار مبتلایان به بیماری روز به روز دارد بیشتر می‌شود و آسمش کم‌کم در دهان مردم می‌چرخد. عده‌ای در مایه‌های وبا و طاعون با قضایه بر خورد کرده‌اند و از ترس، خود و بچه‌هایشان را توی خانه حبس کرده‌اند و عده‌ای دیگر که جزء گروه‌های پرخطر محسوب می‌شوند، راست راست راه می‌روند و عین خیال‌شان هم نیست. برای اینکه سر در بیاوریم ماجرا واقعاً چیست و ما باید چه کار بکنیم، این سبک زندگی را بخوانید.



همه سؤال‌های بی‌جواب درباره آنفلوآنزای جدید

آنفلوآنزا هم آنفلوآنزاهای قدیم

اسمش از خودش ترسناک‌تر است. خصوصاً به خاطر چندش فرهنگی ما از اسم خوک، یک‌چور تنفر خاصی هم همراهش دارد. در حالی که همه دنیا دارند راه‌نماهایی برای پیشگیری و راه‌هایی برای درمان بیماری پیدا می‌کنند، ما هنوز درست نمی‌دانیم این آنفلوآنزا بالاخره چه جور جانوری است. اینها فهرستی از مهم‌ترین سؤال‌هایی هستند که در ذهن بیشتر ما وول می‌خورند اما کسی نیست که جوابش را به ما بگوید.

چرا آنفلوآنزای جدید این قدر مهم شده؟

در دنیا سه عبارت هست که وضعیت شیوع یک بیماری را مشخص می‌کنند؛ اندمی یعنی تک‌گیری یا بیماری‌ای که مسری نیست (مثل سرطان)، اپیدمی یعنی شیوعی که خیلی‌ها آن را می‌گیرند (مثل سرماخوردگی) و پاندمی که یعنی همه‌گیری، مثل همین آنفلوآنزای جدید. سروصدای این ویروس جدید هم برای همین است که سرعت سرایتش خیلی بالاست و در هر منطقه‌ای که وارد شود، فوری به یک بحران تبدیل می‌شود.

یعنی می‌میریم؟

نه خیلی! طبق آخرین آمارها میزان مرگ و میر این ویروس ۰/۴ درصد است؛ یعنی از هر ۱۰۰۰ نفری که بگیرند، چهار نفر می‌میرند. با این حال بیشتر کسانی که به ویروس دچار می‌شوند، یک آنفلوآنزای معمولی را پشت سر می‌گذارند و خوب می‌شوند و حتی شاید نفهمند که چه جور آنفلوآنزایی گرفته بودند.

چه فرقی با آنفلوآنزای فصلی دارد؟

ویروس آنفلوآنزای جدید (که به آن آنفلوآنزای نوع A یا ویروس H1N1 می‌گویند) جهش یافته ویروس آنفلوآنزاست که از ترکیب آنفلوآنزای خوکی، پرندگان و انسان‌ها به وجود آمده. علائمش فرقی چندانی با آنفلوآنزای معمولی ندارد و درمانش هم همین‌طور. تنها فرق بازی که تا الان دیده شده، این است که مرگ و میر آنفلوآنزای معمولی بیشتر در سنین بالای ۶۴ سال رخ می‌دهد، در حالی که این آنفلوآنزا تا به حال بیشتر ۵ تا ۲۴ ساله‌ها را کشته؛ یعنی ما هم بله!

آیا ممکن است از آب آشامیدنی یا استخر مریض بشویم؟

راه اصلی سرایت ویروس، تنفسی است؛ اما وارد شدن ویروس به دهان هم می‌تواند آدم را مریض کند. با این حال آب آشامیدنی تصفیه شده کسی را بیمار نمی‌کند، چون در جریان تصفیه به آب کمی کلر زده می‌شود که ویروس را از بین می‌برد. تماس پوستی با آب استخر هم اشکالی ندارد، به شرطی که آب استخر را نخورید.

از کجا بفهمم آنفلوآنزای جدید از آنفلوآنزای معمولی کارشمانیست؛ آزمایش پزشکی می‌خواهد، اما علائمش شبیه آنفلوآنزای معمولی است، البته یک خرده شدیدتر. برای تشخیص بیماری، ببینید این علائم را دارید؟

- تب
- و دو تا یا بیشتر از این علائم:
- سرفه
- سردرد
- گلودرد
- درد بدن یا مفاصل و خستگی شدید
- آبریزش بینی
- مشکلات گوارشی مثل اسهال یا استفراغ

چه چیزی ویروس را می‌کشد؟

این چیزها ویروس را از بین می‌برند: حرارت (۷۵ تا ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد)، کلر، پراکسید هیدروژن، شوینده‌های یدی، صابون و الکل.

چه کسانی بیشتر احتمال دارد مریض شوند؟

همه ممکن است بگیرند، حتی افراد سالم. با این حال چند گروه هستند که راحت‌تر بیماری را می‌گیرند و اگر هم بگیرند، خطرش برایشان بیشتر است.

-۶۵ سال به بالا

- پنج سال به پایین

- زنان باردار

- آنهایی که بیماری‌های مزمن دارند (بیماری‌های تنفسی مثل آسم، بیماری‌های قلبی، دیابت)

- آنهایی که ضعف سیستم ایمنی دارند

کجا خطرناک‌تر است؟

فعلاً هر جا که حاجی‌های تازه از حج برگشته باشند، خطرناک است؛ در ولیمه حج، سالن استقبال فرودگاه و مهمانی‌های بزرگ احتمال زیادی دارد که مبتلایان به بیماری حضور داشته باشند. بیمارستان‌ها هم همین‌طور. برای تفریح بروید پارک، نروید بیمارستان!

چند وقت بعد از مریضی می‌توانم به سر کار برگردم؟

تا سه یا چهار روز بعد از رفع همه علائم در خانه بمانید، چون ویروس هنوز زنده است. درباره بچه‌ها، این مدت یک هفته طول می‌کشد.

ممکن است دوباره بگیرم؟

نه، یک بار که گرفتید، بدن ایمن می‌شود. اگر بیماری خوب شد و دوباره بیمار شدید، مطمئن باشید یک بیماری دیگر است. معمولاً چون بدن ضعیف شده، بیماری‌های میکروبی سراغ مریض می‌روند. بیماری‌های میکروبی با آنتی‌بیوتیک درمان می‌شوند.

کی این همه‌گیری تمام می‌شود؟

درست معلوم نیست. بستگی به رعایت ملت‌ها و کنترل دولت‌ها دارد اما تجربه نشان داده همه‌گیری‌های این‌طوری ظرف ۶ تا ۱۲ ماه از ظهورشان فروکش می‌کنند.

آنفلوآنزای جدید در ایران

سوغات فرنگ

بهباد یوسفی

اصل داستان این است که این ویروس از همان اولش هم در کشورمان وجود نداشت و اصلاً قرار هم نبود وجود داشته باشد. پس چه شد که کار به اینجا رسید و این ویروس چه جوری خودش را در ایران جا انداخت؟! ماجرا از پنجم اردیبهشت امسال شروع شد و اولین قربانی، یک نوجوان ۱۶ ساله بود که همراه خانواده به تازگی از سفر خارجه برمی‌گشت. از این روز به بعد بود که هر چه تعداد مسافران بیشتر می‌شد تعداد مبتلایان هم بیشتر و بیشتر می‌شد. این ماجرا وقتی بیشتر شدت گرفت که سفر زیارتی حج شدت گرفت و حجاج به جای سوغاتی رنگ و وارنگ، این ویروس را به عنوان سوغاتی جدید به پیشوازان هدیه می‌دادند. مسؤولان بهداشت و فرودگاه هم که باها را روی آن یکی پایشان انداختند و نه قرنطینه درست و حسابی در فرودگاه‌ها به راه انداختند و نه حالتی اضطراری اعلام کردند. تا ساعتی که این مطلب در حال نوشته شدن است ۱۲۴ مورد ابتلا گزارش شده که مطمئناً روز به روز تعداد آن زیادتر خواهد شد. طبق پیشرفت این بیماری و به گفته رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیردار وزارت بهداشت، در صورت بروز پاندمی آنفلوآنزای خوکی در ایران، ۲۲ تا ۳۳ درصد کل جمعیت کشور به این بیماری مبتلا می‌شوند؛ یعنی حدود ۱۰ تا ۲۴ میلیون نفر که که از این تعداد ۵۲۵ هزار نفر نیاز به بستری دارند و برآورد می‌شود حدود ۱۰۵ هزار تا ۲۴۵ هزار نفر جان خود را از دست بدهند. سه کشوری هم که مسافرانش بیشترین نقش را در آوردن این ویروس به ایران داشتند این ۳ کشور پایین هستند. حساب کار دستتان باشد و کمتر آن‌ورا آفتابی شوید.

عربستان سعودی: کشور آفتاب‌سوزان به غیر ریزگردها هدیه دیگری هم به کشور ما پیشکش کرد. مسافران این همسایه جنوب‌غربی یکی از علت‌های اصلی شیوع بیماری بودند. حالا قرار است سفر حج در ماه رمضان به حالت تعلیق دربیاید.

تایلند: یکی از کشورهایی که هر سال بیشترین توریست ایرانی را در خودش جا می‌دهد حالا به یکی از بزرگ‌ترین واردکننده‌های ویروس به کشور تبدیل شده. این چند وقته کمی از تفریح بزئید و کمتر به آنجا بروید.

مازی: همسایه دیوار به دیوار تایلند که در این زمینه چیزی از آن کمتر ندارد؛ مخصوصاً در تعداد مسافران مبتلا به آنفلوآنزا. نقش این کشور و توریست‌هایش هم آن قدر پررنگ بوده که نمی‌شود به راحتی از اسمش گذشت.

عربستان

مالزی

تایلند