



مرکز آموزشی درمانی امین

آنفلوآنزای نوع A (H1N1) و تفاوت آنفلوآنزا با سرماخوردگی

- 1- روبوسی نکنید: خودداری از روبوسی، دست دادن و درآغوش گرفتن افراد دارای علائم بیماری تنفسی
- 2- بپوشانید: پوشاندن دهان و بینی هنگام سرفه و عطسه یا دستمال (ترجیحاً) و یا قسمت بالای آستین
- 3- بشوید: شستشوی صحیح و مکرر دست ها با آب و صابون

منابع: سایت ویکی پدیا و برونر و سودارث

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	آنفلوآنزای نوع H1N1 و تفاوت آن با سرماخوردگی
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کنندگان علمی	خانم ها دکتر مدنی-آل ناصر
سمت	مدیر گروه عفونی-سوپروایزر کنترل عفونت
تاریخ تهیه	1400
کد پمفلت و بازنگری	PE-INF-03 1402

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه نمایید.

www.amin.mui.ac.ir

چگونه از خود و دیگران محافظت کنیم؟

- هنگام سرفه یا عطسه، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانیم.
- دستمال مصرف شده را فوری پس از استفاده و بطور مناسب دفع کنیم.
- دست ها را بطور منظم با آب و صابون بشوئیم.
- در صورت مشاهده علائم شبیه آنفلوآنزا، فوراً به پزشک مراجعه کنیم.
- اگر آثار شبیه آنفلوآنزا مشاهده کردیم، از افراد (حداقل یک متر) فاصله بگیریم.
- اگر در خود علائم شبه آنفلوآنزا دیدیم، در منزل بمانیم.
- هنگام احوالپرسی از درآغوش گرفتن، بوسیدن و دست دادن خودداری کنیم.
- از مالید و تماس دست آلوده با چشمها و بینی و دهان خودداری کنیم.

3 گام کلیدی برای پیشگیری از آنفلوآنزا و

بیماری های حاد تنفسی:

در صورت داشتن علائم بیماری:

۳ گام کلیدی

برای پیشگیری از: آنفلوآنزا و بیماری های حادثنفسی

در صورت داشتن علائم بیماری:

روبو سوسه نگهید

جوداری از روبوسوسه، دست دهن و در آغوش گرفتن افراد دارای علائم بیماری تنفسی

بپوشانید

پوشاندن دهان و بینی هنگام سرفه و عطسه یا دستمال (لارجینا) و یا قسمت بالایی آستین

بشوید

شستشوی صحیح و مکرر دست ها با آب و صابون

آنفلوآنزا یا سرماخوردگی

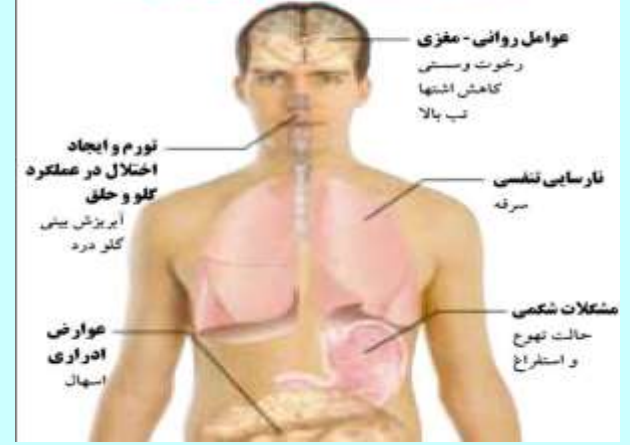
- سردرد واضح
- تب بالا
- تب خفیف یا ندارد
- تب خفیف یا ندارد
- درد خفیف بدن
- برای 3-4 روز
- درد بدنی متوسط تا زیاد
- عطسه
- آبریزش بینی
- گلو درد
- سرفه های خفیف تا متوسط
- خستگی و ضعف برای 3-4 هفته
- سرفه های شدید
- ناراحتی و درد در سینه

درمان: استراحت مایعات و سوپا! نسخه پزشک!

درمان: استراحت مایعات و سوپا! نسخه پزشک!

درمان: استراحت مایعات و سوپا! نسخه پزشک!

علائم و نشانه های آنفلوآنزای نوع A



شستشوی دست ها و رعایت آداب تنفسی مهمترین راه های پیشگیری هستند

