

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب
التثقيف الصحي



اللحظة الي ماتتمناها بالتطعيم تتفادها

الدليل التوعوي عن الانفلونزا الموسمية

الانفلونزا الموسمية

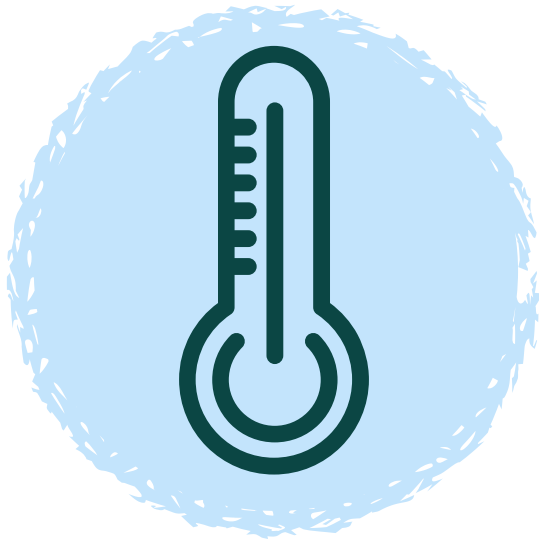
هي عدوى فيروسية حادة تنتشر بسهولة بين البشر، تهاجم الجهاز التنفسي حيث يصاب الانسان بالعدوى عن طريق الانف والفم وصولاً إلى الرئتين، وتتراوح ما بين إصابة خفيفة وحادة، وتصيب جميع الفئات العمرية.

تطعيمك يقيك من الإصابة
بالإنفلونزا الموسمية
بنسبة ٧٠٪ - ٩٠٪



أعراض ومضاعفات الإصابة بالإنفلونزا الموسمية

أعراضها



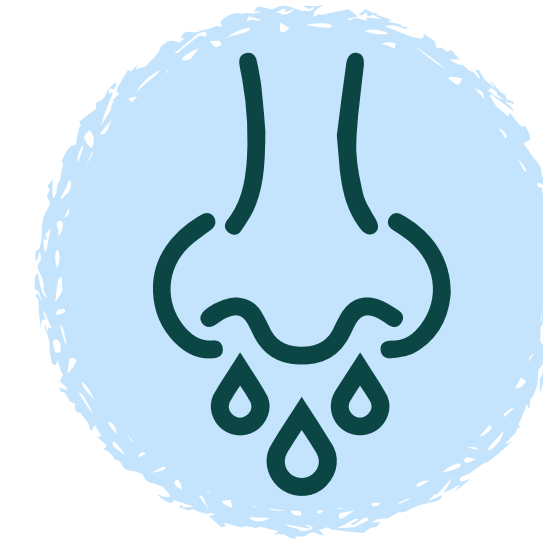
درجة حرارة
أكثر من ٣٨



رجفة
وتعرق



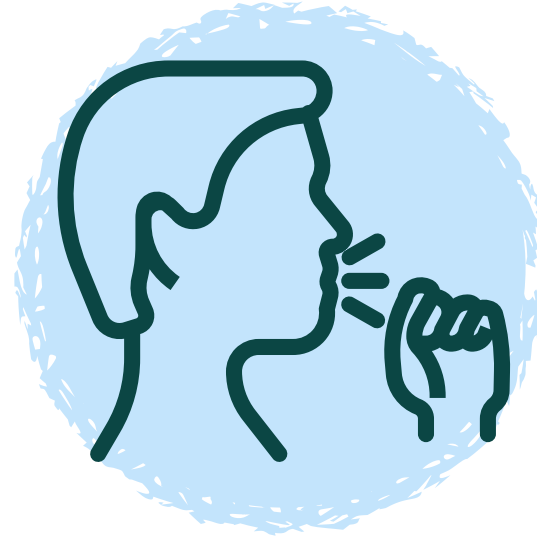
ألم
العضلات



سيلان
الأنف



صداع



سعال مستمر وجاف



التهاب الحلق

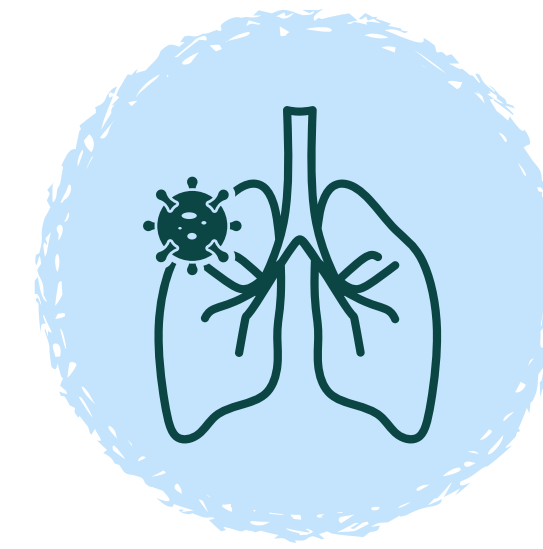
مضاعفاتها



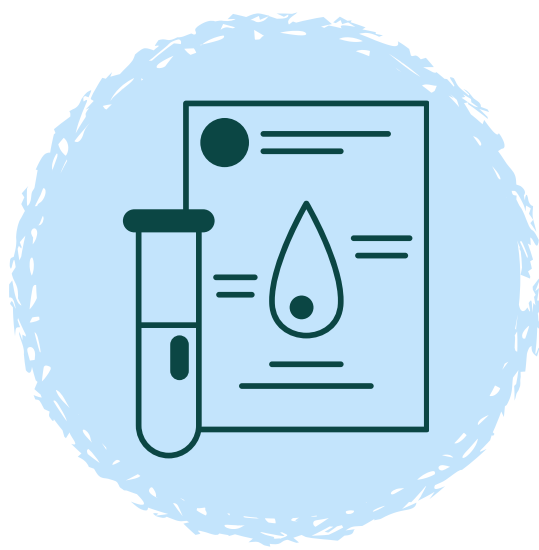
الوفاة



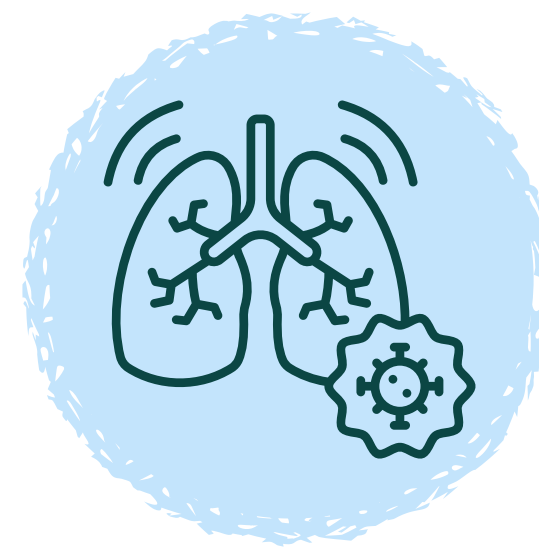
التهاب الأذن



التهاب الرئتين



تسمم الدم



التهاب
الشعب الهوائية

طرق العدوى

لمس الأسطح
الملوثة

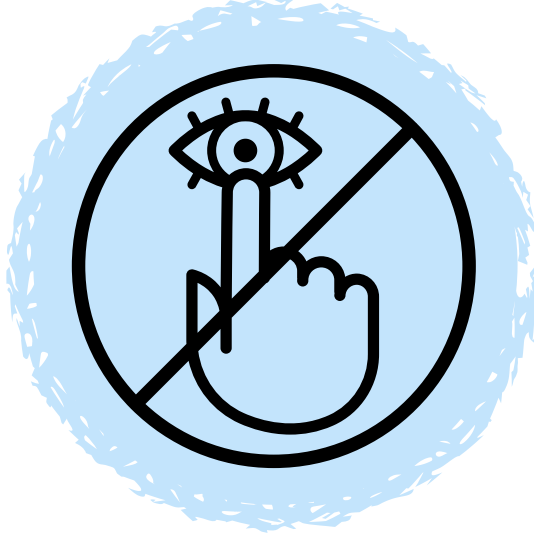


الرذاذ المتطاير عن
العطاس



طرق الوقاية

تجنب لمس العين
او الفم مباشرة



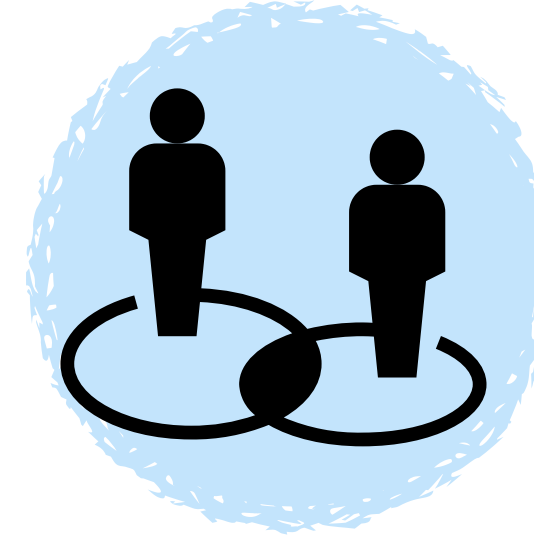
اخذ لقاح
الإنفلونزا



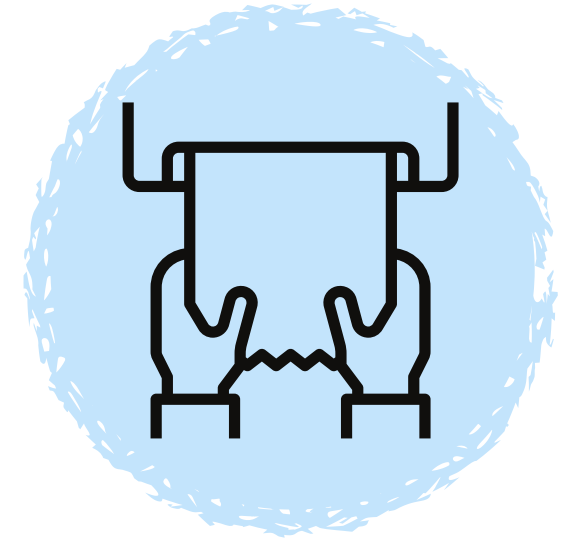
غسل اليدين
جيداً



تجنب الأماكن
المزدحمة



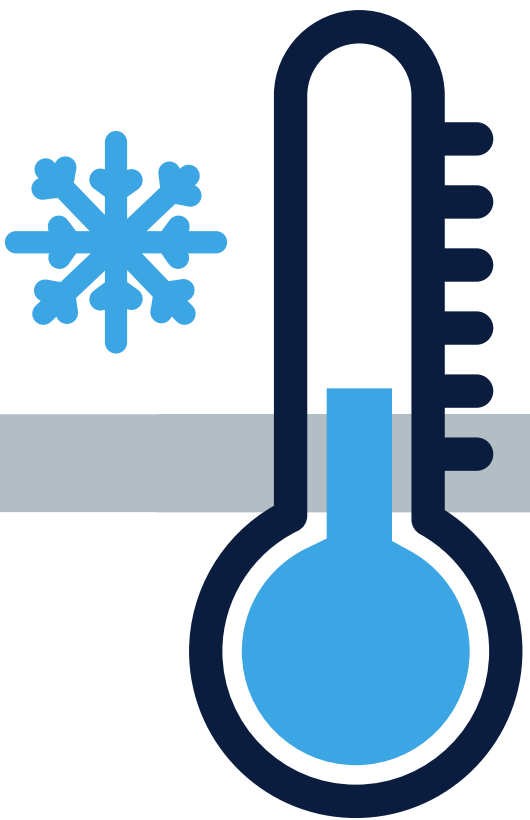
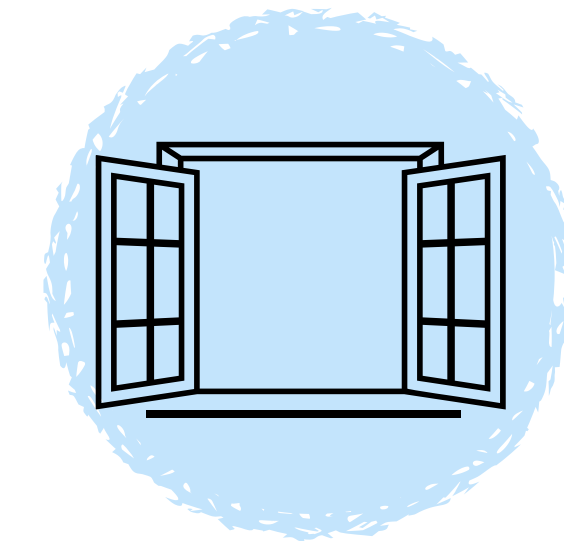
استخدام المناديل
عند العطاس



الحرص على
نظافة المكان



التهوية الجيدة
للأماكن المغلقة



للوقاية من الإنفلونزا الموسمية

غسل اليدين بالماء والصابون
مع تجفيفها عند :

مصافحة المصاب
بالإنفلونزا أو الزكام



العطاس أو
السعال



قبل وبعد
تناول الطعام



استخدام دورات
المياه في تغيير
حفاضات الأطفال



لمس الاسطح
في الاماكن العامة



تقطيع اللحوم غير
المطبوخة و الخضروات
والفواكه غير المغسولة



من هم الأكثر حاجة لتطعيم الإنفلونزا؟

المصابون
بنقص المناعة



كبار السن



الحوامل



المصابون
بأمراض مزمنة



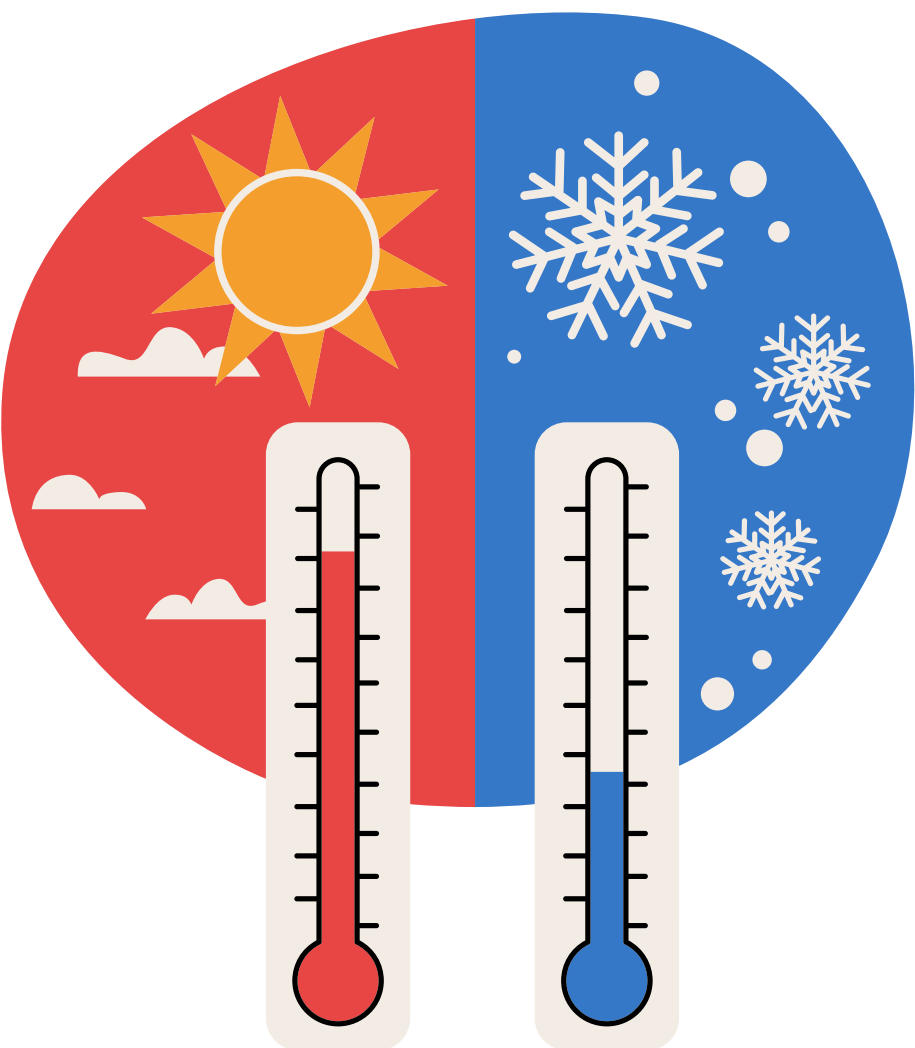
العاملون في
القطاع الصحي



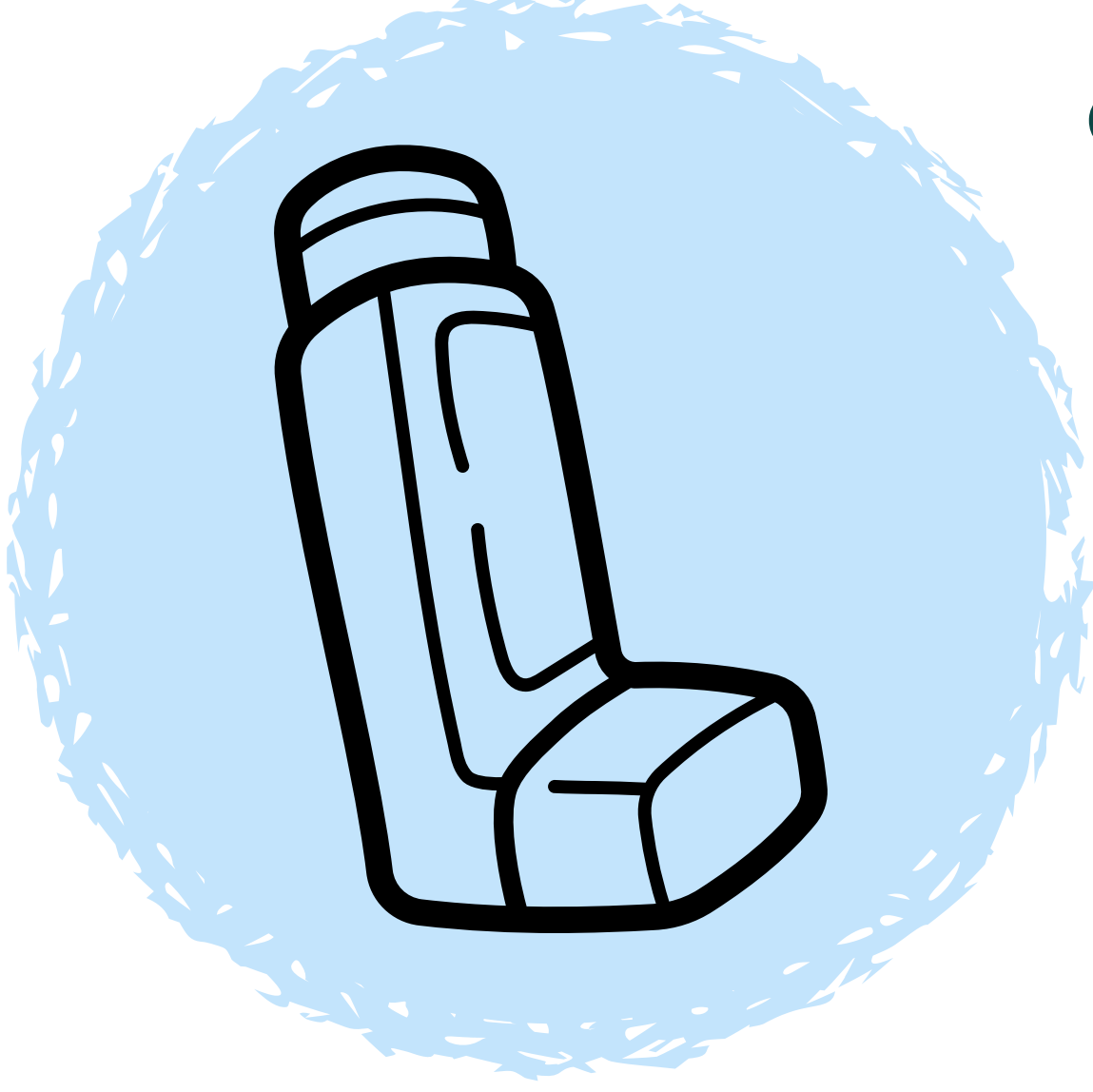
الأطفال



هذه الفئات هي الأكثر تأثراً بمضاعفات
الإنفلونزا الموسمية ، إن كنت من هذه
الفئات او تعرف احد منها فاحرص على
تذكيرهم وأخذ تطعيم الإنفلونزا.



مرضى الربو



من الفئات الأكثر عرضة للتأثر
بمضاعفات الإنفلونزا الموسمية
وإن كانت بسيطة الشدة لأن
الفيروس قد يسبب تهيج
الشعب الهوائية ويحفز ازيمات
الربو.

من هم الممارسين الصحيين

كل من يعمل في المنشآت
الصحية مثل :



حراس الأمن



المعالجين



الأطباء



الفنيين



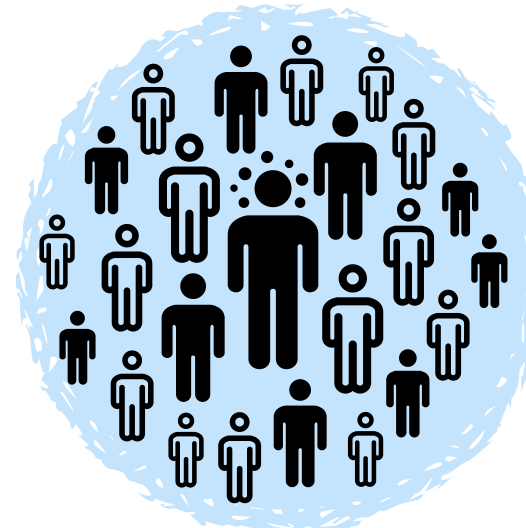
الممرضين

لماذا ننصح الممارسين الصحيين
بأخذ تطعيمة الإنفلونزا الموسمية؟

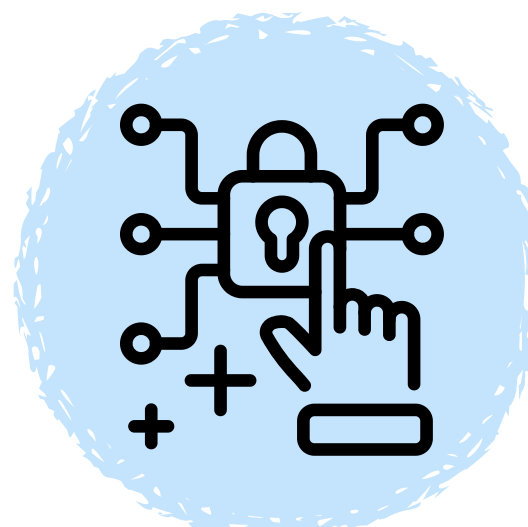
يقلل من التغيب
عن العمل



يحمي من إنتقال
العدوى إلى المرضى

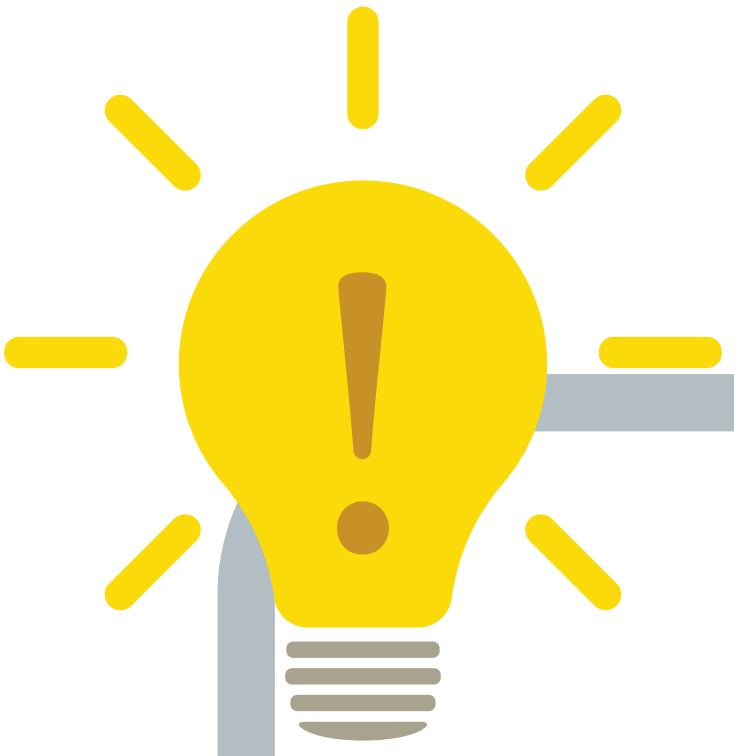


يقلل فرص العدوى
بين الممارسين



مفهوم خاطئ

إذا اخذت تطعيم الإنفلونزا
الموسمية ستتعب أكثر!



تطعيم الإنفلونزا الموسمية لا يصيب
بالمرض لأنه يحتوي على فيروسات ميتة
لا يمكن ان تسبب العدوى وقد يكون
التعب نتيجة حصول عدوى قبل اخذ
التطعيم او لأسباب اخرى.