

ماهى أنفلونزا الخنازير؟

تماماً مثل الإنسان ، تصاب الخنازير بأنفلونزا ولكنها عادة لا تعدى الإنسان ولا تشكل خطراً عليه.

بالرغم من ذلك فإن النوع الجديد من أنفلونزا الخنازير يعد مختلفاً ، فهو عبارة عن تركيبة رباعية من أنفلونزا الإنسان ، أنفلونزا الطيور ، ونوعين آخرين من الفيروسات.

داخل أجسام الخنازير إجتمعت هذه الأنواع الأربعة مشكلة نوع جديد هو أنفلونزا الخنازير القاتلة والذي أصبح له القدرة على أن ينتقل من إنسان إلى آخر.

هل تعتبر أنفلونزا الخنازير خطراً؟

نعم. النوع الجديد من هذه الأنفلونزا لا يتصف فقط بأن سريع الإنتشار والعدوى ولكن أيضاً بأنه قاتل . ومع ذلك فإن حدة الإصابة فى الحالات الحالية من هذا الوباء إختلفت كثيراً من مصاب إلى آخر ، ففى الكسيك ظهر العديد من حالات الوفاة والحالات شديدة الخطورة نتيجة لهذا الوباء ، بينما فى الولايات المتحدة الأمريكية كان الفيروس أكثر اعتدالاً.

لكن كل هذا يمكن أن يتغير ، الفيروس نفسه من الممكن أن يتغير ، ليصبح أكثر أو أقل خطورة.

إنتشر الفيروس حتى الآن فى المكسيك ، أمريكا ، بريطانيا ، أسبانيا ومؤخراً فى فلسطين .

الأعراض – كيف أعرف أنى مصاب بأنفلونزا الخنازير؟

تتشابه أعراض أنفلونزا الطيور كثيراً مع أعراض الأنفلونزا العادية ، وهى تتضمن إرتفاع درجات الحرارة ، الكحة المستمرة ، سيلان الأنف، إحتقان فى الزور، وجع فى الجسم والعظم ، صداع ، حرقان و الشعور بالإرهاق العام. وقد أبلغ بعض المرضى أيضاً عن ميلان للقيء و الإسهال.

ولأن هذه الاعراض يمكن أيضاً أن تكون نتيجة لأى إصابات أو فيروسات أخرى ، فإنك أو طبيبك الخاص لن تكونا قادرين على تحديد ما إذا كانت الإصابة ناتجة عن فيروس أنفلونزا الخنازير القاتل أم لا إلا بالتحليل المعملى.

لذا فإننا ننصح بأنك – فى حالة الإصابة بالمرض أو الأعراض – فإنه عليك الراحة فى المنزل ، وفى حال الكحة أو العطس حاول أن تغطى منطقة الفم و الأنف بمنديل ، و أن تتخلص من هذا المنديل و تغسل يديك فوراً للتقليل من إمكانية حدوث عدوى لغيرك.

إذا إكتشف طبيبك بأنك مصاب بأنفلونزا الخنازير ، فلربما يقوم بكتابة روصته علاجيه لك تحتوى على أقراص (تاميفلو) أو (ريلنزا) ، ومع ذلك فإن هناك حالات قد تعافت تماماً فى الولايات المتحدة الأمريكية بدون تعاطى هذه العقاقير.

كيف أتجنب الإصابة بأنفلونزا الخنازير؟

1. إذا كنت مريضاً أو مصاب بأى أعراض لأنفلونزا الخنازير ، إزم منزلك ، لا تذهب للدراسة أو للعمل
2. حاول أن تحتوى الكحة أو العطس بأن تغطى منطقة الفم والأنف بذراعك – وليس بكف اليد نفسه- بهذه الطريقة تمنع إنتقال الجراثيم إلى يدك أو إلى أى شئ مady تتعامل معه بيدك. أنفلونزا الخنازير شديدة العدوى ومن الممكن أن تنتقل بسهولة شديدة إذا لامست وجهك بعد لمسك لأى جسد مصاب
3. إغسل يدك باستمرار ، فكل شئ تلمسه بيدك ممكن أن يكون مصاباً ، لذا يجب الحفاظ على يديك نظيفة دائماً . ومن المفضل أيضاً أن تستعمل معقمات اليد المتوفرة فى الصيدليات أو المحلات التجارية الكبرى
4. تجنب تماماً أى إحتكاك مady مع أى شخص . توقف فوراً عن السلام بيدك وعن عادات التقبيل السيئة

٥. تعامل مع الأشياء التى تلمسها مثل أوكرة الباب ، القلم ، باب السيارة وما إلى ذلك بحرص شديد وفى حدود اللزم فهذه الأشياء ملغمة بالفيروسات ومن الممكن جداً أن تحمل أنفلونزا الخنازير
٦. فى المدرسة ، العمل أو النوادى الإجتماعية لا تأكل أو تشرب بعد أى شخص آخر - و لابد من التنبيه بجديه على أولادك فى هذا الأمر
٧. فى المناطق الموبوءة أو شديدة الزحام يفضل إرتداء ماسك طبى - هذا الماسك أيضاً متوفر فى جميع الصيدليات الكبرى فى مصر بأسعار معقولة جداً.

معلومات عامة :

يتراوح عمر الفيروس من ٤٨ ساعة إلى ١٠٠ سنة !!! إعتماًداً على شدة الفيروس .

بالرغم من أنه حتى الآن لم يثبت إذا ما كان الفيروس يستطيع الإنتقال من الفوكه والخضروات أم لا إلا أنه من الأفضل أخذ الإحتياطات بأن تقوم بغسيل الخضار والفاكهة جيداً ومن الممكن أيضاً نقعهم لفترة أطول قليلاً فى الماء للحصول على أفضل النتائج.

فى حالة الشك فى الإصابة ، لا تتردد ، إذهب إلى الطبيب فوراً ، فأنفلونزا الخنازير ممكن أن تكون مميته ولهذا فمن الضرورى جداً أن تذهب إلى الطبيب فوراً إذا أحسست بالأعراض أو فى حال إحتكاك بمن هم مشكوك فى إصابتهم أيضاً.