چرا انفلونزای جهانگیر حالا اینقدر مهم شمرده میشود؟

- تاریخ نشان میدهد که انفلونزای جهانگیر بوقوع میپیوستند ولی هیچکس نمیداند که کدام وقت مرض جهانگیر جدید واقع خواهد شد.شاید بزودی واقع شود یا سالهای متمادی بعد، ولی مرض جهانگیر واقع شدنی است وخواهد شد.
- از سال 2003 به اینطرف، انفلونزای مرغان یک تعداد زیاد پرندگان را به این مرض مبتلا نموده و فیصدی تعداد زیاد شان را کشته است. این وایرس همچنان بعضی حیوانات دگر و یکتعداد محدود انسانها را هم به مرض مبتلا ساخته است. تقریباً تمام افراد که مریض شدند تماس نزدیک با پرندگان مبتلا به مرض را داشته بوده اند.تقریباً نیم از افرادی که به مرض انفلونزا مبتلا شده بودند،مردند. علمای ساینس به این نگرانی دارند که این انفلونزای مرغ و یا کدام وایرس دگر زکام پرنده، خودرا موافق ساخته و به انسان سرایت کند.
- خصوصیت نژادی یا صفت مورثی وایرس انفلونزا همیش در حال تغیر میباشد.اگر یکی ازین وایرس ها با خصوصیت نژادی مخصوص شروع به نشر در بین انسانها کند و در مقابلش مقاومت نبوده و بر علیه آن تدابیر اتخاذ نشود این وایرس بزودی خودرا بین انسانها منتشر میسازد.

برای جلوگیری انتشار مکروب، در زمان سرفه کردن و عطسه زدن، دهن خودرا با یک دستمال کاغذی بپوشانید.

در مقابل یک مرض جهانگیر، من چه ترتیبات میتوانم بگیرم؟

صفحه انترنیتی از طرف حکومت سفارشهای درج نموده که شما میتوانید از آنها استفاده نمایید PandemicFlu.gov.

- اقلا برای دو هفته ذخیره آب و غذا در منزل باید داشته باشید. این عمل در حالات غیر مترقبه و اضطراری دگر هم مفید خواهد بود.
- مقدار کافی دواهای نسخه ای و ادویه های غیر نسخه ای و دگر مواد ضروری طبی سر دست داشته باشید.
- یک پلان اضطراری فامیلی تهیه نموده و آنرا در کاغذ بنویسید. برای رهنما درین باره به صفحه انترنیت حکومتی مراجعه نمایید PandemicFlu.gov.

همیش خودرا آگاه و با معلومات نگه دارید

- اطلاعات و معلومات راجع به وایرس جهانگیر را از طریق مطبوعات دنبال کنید.
- اگر یکی از اعضای فامیل تان مریض شد، به آمرین مربوطه خود اطلاع دهید.
- برای معلومات مزید در باره اوضاع محلی تان، به صفحه انترنیت موسسات صحی منطقه مراجعه نمایید.
- معلومات بیشتر را در صفحه های انترنیتی که در پاهین تذکر داده شده میتوان حاصل نمود.

◄ صفحه اطلاعاتی حکومت امریکا راجع به انفلونزای جهانگیر
http://www.PandemicFlu.gov

◄ مرکز کنترول و جلوگیری امراض-انفلونزای پرندگان "افیان فلو"
http://www.cdc.gov/flu/avian/

◄ سازمان صحی جهان-انفلونزلای وابسته به مرغان
http://www.who.int/csr/disease/avian_influenza/en/index.html

◄ آخرین اخبار-مرکز سیاست وپزوهش امراض ساری
http://www.cidrap.umn.edu/index.html

◄ وزارت دفاع - دفتر مواظب و مراقبت انفلونزای جهانگیر
https://fhp.osd.mil/aiWatchboard/index.html

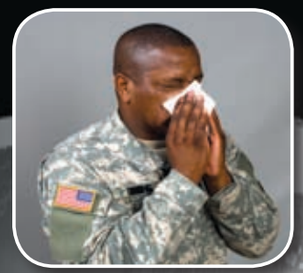
USACHPPM
Readiness thru Health
http://usachppm.apgea.army.mil

Dari

TA-051-0906

واقعیتهای انفلونزای جهانگیر

صفحة حقائق عن تفشي
وباء الأنفلونزا
لأفراد الخدمة وعائلاتهم.



عمل در مقابل یک
تهدید نامعلوم

انفلونزا"زکام" جیست؟

انفلونزا یک بیماری ساری وایرسی میباشد که ارگان تنفسی را تحت تاثیر میآورد ودر اکثر مردم باعث بیماری خفیف میشود ولی برای بعضی ها به بیماری شدید مبدل میشود. اکثر مردم که مبتلا به یک نوع مخصوص مرض انفلونزا میشوند و یا واکسین انفلونزا شده اند در مقابل آن نوع مخصوص انفلونزا مصونیت دریافت مینمایند.

انفلونزای جهانگیر چیست؟

انفلونزای جهانگیر یک مرض کروی است که به یک تعداد بسیار زیاد نفوس دنیا اثرمینماید. انفلونزای جهانگیر وقتی واقع میشود که یک وایرس انفلونزا که اکثراً در مقابل آن مصونیت ندارند منتشر شده و از یک انسان به انسان دگر سرایت میکند.این وقتی واقع میشود که یک وایرسی که معمولاً حیوانات را مبتلا به مرض میسازد، تغیر و تعدیل نموده و انسان را مورد حمله قرار میدهد و همچنان یک وایرسی که سالهای متمادی نشر نکرده و در حالت خوابیده بود و حال شروع به نشر دوباره نموده و یا با وایرس های دگر یکجا میشود و خصوصیات خودرا با همدگر شریک میسازند که در نتیجه یک وایرس جدید ولی بسیار خطرناک بوجود میآید.

امراض جهانگیر قرن بیستم

◄ انفلونزای اسپانیا : 1918-1919

در سر تا سر دنیا، پنجاه میلیون نفر در ظرف چند روز بعد از مبتلا شدن به مرض جان خودرا از دست دادند.تقریباً نیم آنهایکه مردند جوانان صحتمند بودند و بیکتعداد زیاد عساکر نظامی در آن جمله شامل بودند.در امریکا 675،000 هلاک شدند.

◄ ذکام آسیایی : 1957-1958

در دوران این مرض جهانگیر، یک تا دو میلیون نفر در سرتاسر دنیا جان خودرا از دست دادند. در امریکا 70،000 به مرگ مواجه شدند.

◄ انفلونزای هانگ کانگ : 1968-1969

تقریباً 700،000 نفر در تمام جهان مردند و در امریکا 34،000 نفر جان خودر از دست دادند.

اگر انفلونزای جهانگیر بوقوع بپیوستد، درآنصورت چه انتظار باید داشت؟

- اگرچه دانشمندان ساینس در تلاش اند که یک واکسین بر علیه انفلونزای جهانگیر تهیه نمایند، ولی باز هم در مراحل اول ذخیره واکسین به مقدار کافی سر دست نخواهد بود.وقتیکه خصوصیت وایرس جهانگیر شناخته شد پیشرفت و تولید واکسین باز هم چندین ماه را در بر خواهد گرفت.
- ادویه ضد وایرس همچنان به مقدار کافی سردست نخواهد بود و شاید در مقابل این وایرس موثر نباشد. و حتی اگر ادویه جات ضد وایرس در مرحله اول موثر و مفید واقع شوند، وایرس در مقابل این ادویه جات پایداری و اسقامت نشان خواهد دهد و ادویه ناموثر خواهد شد.
- ضرورت و تقاضا برای معالجه خیلی بلند خواهد رفت. سازمان صحت جهانی تخمین نموده که بین بیست تا پنجاه فیصد از تمام نفوس جهان به این مرض چهان گیر مبتلا خواهند شد و در پاسخ آن ترتیبات و سازمانهای صحی کافی وجود نداشته و همچنان تعداد بسترهای شفاخانه ها، دستگاهای تهویه و هوا کش و دگر سامان ضروری صحی به مقدار ضروریت موجود نخواهند بود.
- در مناطق و اجتماعاتی که مبتلا و دچار مرض شده اند دوره سرایت انفلونزای جهانگیر از شش تا ده هفته دوام دارد ولی امکان آمدن چندین موج پی در پی این مرض موجود است.
- زندگی روزمره بخاطر مریض بودن تعداد زیاد مردم مختل خواهد شد.امکان دارد شما از کار بیفتید. موسسات تجارتی، مکاتب و تمام اداره های حکومت مسدود خواهد شد. یکجا شدن مردم و اجتماع و سفر نمودن همه لغو خواهد شد و هم چنان کم یابی و قحطی آب و غذا بوجود خواهد آمد.

پاک نمودن مکرر و زودزود دستها، مخصوصاً بعد از سرفه کردن و عطسه زدن از بیمار شدن شما و انتشار انفلونزا جلوگیری خواهد کرد.

انلونزای جهانگیر	انفلونزای فصلی
• تغیر فوق العاده در وایرس بوقوع میپیوستد (میتواند از پرنده به انسان سرایت کند)	• تغیر کم در وایرس مشاهده شده
• بندرت ولی در هر فصل سال واقع میشود	• در هر فصل زمستان خطور میکند
• وجود انسان به این وایرس هیچ تجربه سابق نداشته و مصّونیت ندارد	• وجود اکثر مردم بخاطر تجربه و برخورد سابق با این وایرس، مصّونیت پیدا نموده است.
• مردم از هر سن و سال به مخاطره این وایرس هستند	• اطفال و اشخاص مسن زیادتر به مخاطره از این وایرس قرار دارند.
• علاّم این مرض بسیار شدید تر بوده و پیچیدگی و عواقب آن مکرر و زود زود واقع میشود	• علامات مرض عبارتند از: تب،سردردی، خسته بودن، سرفه خشک و درد عضلات.
• امکان تعداد هلاک شدگان شاید بسیار بلند باشد	• 36,000 مرگ سالیانه در امریکا از اثر این مرض.
• واکسین بر علیه این مرض از 6 تا 9 ماه بعد از ضهور وایرس مهیا نمیباشد	• واکسین ضد این وایرس موجود است
• همچنان مقدار ادویه جات علیه وایرس محدود خواهد بود	• ادویه علیه این وایرس عموماً موجود میباشد.
• سازمان های صحی از گنجایش توان خود برای خدمت به مردم خارج خواهند شدند	• سازمان های صحی اکثراً به ضروریت های مریضان و عامه رسیدگی کرده میتوانند
• تاثیر بسیار عمده بالای محیط اجتاع داشته و خدمات معمولی توقف خواهند نمودند	• تاثیرمنفی اجتماعی کمتر است (بعضی از مکاتب تعدیل میشود،و از مردم مریض درخواست میشود که به منزلهای خود باقی مانده و استراحت نمایند)
• امکان صدمه شدید به اقتصاد ملی و جهانی دارد	• تاثیر منفی آن در اقتصاد ملی و بین المللی قابل کنترول و اداره میباشد

وقتیکه من در منطقه که مرض سرایت و پخش شده سفر میکنم، چه باید کرد؟

سرایت انفلونزای پرنده ها به انسانها بسیار نادر است، ولی باز هم تمام احتیاط های لازم باید مراعات و مد نظر گرفته شود:

- از تماس مستقیم با گوشت خام مرغ و همچنان از پرورشگاه ها و بازار خرید و فروش مرغ و دگر پرندگان اجتناب ورزید.
- از تماس با مواد فاضله و تراوش" مواد روان از وجود حیوان" خوداری نمایید.
- تمام غذاهای خام که از مرغ و پرنده برای صرف گرفته شده، بشمول تخم و خون مرغ ،باید بطور کلی و اطمینانی پخته شوند.
- اگر در جریان سفر به این مرض مبتلا گردیدید، یک مامور قونسل گری امریکا میتواند بشما مدد نموده و سرویس صحی برایتان پیدا نماید و همچنان فامیل و دوستان شما را از حال مریضی شما آگاه خواهد ساخت.
- بعد از مراجعت از سفر، برای ده روز متناوب مراقب صحت خود باشید.اگر مریض شدید، برای داکتر خود از مناطقی که در سفر دیدن کرده اید اطلاع بدهید

چه ترتیباتی مد نظر گرفته شده است؟

- پرورشگاه های مرغان ترتیبات امنیتی بیولوژیکی و محیطی را اتخاذ نموده اند تا اینکه امکان سرایت انفلونزای پرندگان را به انسانها تخفیف دهند و مرغانی که به این وایرس مبتلا شده اند بصورت فوری و ضروری از بین برده میشوند.
- بسیاری از حکومت ها و وزارت دفاع، واکسین، ادویات ضد وایرس، انتی بیوتیک"مکروب کش" و تجهیزات حمایه شخصی را ذخیره نموده اند.
- مامورین فنی لابراتور ها و آزمایشگاها تعلیم حاصل نموده اند تا وایرس های جهانگیر را مطالعه و امتحان نمایند.
- دانشمندان ساینس سعی دارند تا واکسین جدید برای مبارزه علیه وایرس انفلونزای جهانگیر تهیه نمایند. امتحان و آزمایش چندین نوع واکسین در جریان است.
- سیستم کشف وایرس انفلونزای پرندگان در سرتاسر جهان بهبود و افزایش یافته است.
- سازمانهای بین المللی، ملی، ایالتی، و محلی و همچنان اجتماعات مردم، موسسات تجارتی، مکاتب، سازمان ها و موسسات صحی و اشخاص انفرادی در سعی و تلاش طرح پلان ها میباشند تا در مقابل این مرض جهانگیر بنوانند مبارزه نمایند. سیاهه مقابله و طرح پلان در صفحه انترنیت موجود است PandemicFlu.gov.

من باید چه عمل انجام دهم که از مریض شدن و انتشار وایرس انفلونزا جلوگیری نمایم ؟

- اگر احساس مریضی میکنید، بهتر است که به منزل خود باقی مانده و از دگران خودرا دور نگه دارید.علامات مرض انفلونزای پرنده عبارت است از: (تب، سردردی، خسته بودن) عفونت و مرض چشم، نمونیا "سینه بغل" و مرض شدید آله تنفس و شش.
- از اشخاصی که مریض هستند خودرا دور نگه دارید.
- برای توقف سرایت مکروب-
  - در هنگام سرفه، دهن و بینی خودرا توسط دستمال کاغذی بپوشانید.
  - اگر به دستمال کاغذی دسترس ندارید، به بطرف آستین قسمت بالای خود سرفه کنید نه به دست های خود.
  - دستمال کاغذی استعمال شده را به سبد خاکروبه پرتاب نمایید.
- دستهای خود را مکرراً بشویید، مخصوصاً بعد از سرفه و یا عدسه زدن.
  - دستهای خودرا با صابون و آب بشویید و یا با موادی که دارای الکول باشد پاک و تمیز نمایید.
- تا حد امکان از دست زدن به چشمان، بینی و دهن خود خوداری نمایید
- از کشیدن سگرت و دود تنباکو اجتناب نمایید.
- در فصل ریزش و سرما خوری، خودرا واکسین نمایید. افرادی که سیستم دفاع طبعیی وجود شان ضعیف بوده و زود مریض میشوند بر علیه نمونیای "سینه بغل" مکروبی هم باید واکسین شوند.اگر چه این واکسینهای متذکره در مقابل افلونزای جهانگیردفاع و محافظطت کرده نمیتوانند، ولی باز هم پیچیدگی و عوارض مرض را تا اندازه تخفیف میدهند.
- اگر داکتر شما برایتان سفارش داده که باید یک روبند "ماسک" بپوشید، باید آن سفارش را مراعات نمایید. اگر شما مریض نیستید ولی با آنهایکه بیمار اند در تماس نزدیک هستید، کوشش کنید که روبند بپوشید. روبند را هر چهار ساعت بعد و یا هر وقتی که مرطوب و تر یا کثیف شود، تبدیل نمایید. بعد از تبدیل نمودن روبند، دستهای تانرا پاک و شست و شو کنید.
- وقتیکه بشما هدایت داده شد که روبند موقتی را بروی خود بسته کنید، ازین امر اطاعت نمایید.
  - تار های روبند را محکم به عقب سر و گردن جابجا نموده و بسته کنید
  - قسمت نرم و قابل تغیر روبند را در نوک بینی جایگزین سازید
  - بعداً روبند را راحت و آسوده به روی و پاهین زنخ قرار دهید.