

شیوع بیماری **آنفلوانزا (Influenza)** هر سال و معمولاً در فصل‌های پاییز و زمستان اتفاق می‌افتد. گاهی اوقات آنفلوانزا می‌تواند منجر به عوارض جدی شود یا بیماری‌های زمینه‌ای موجود را بدتر کند. بهترین راه برای محافظت از آنفلوانزا دریافت واکسن آنفلوانزا است. با توجه به شروع فصل پاییز همکاران ما در **آزمایشگاه سرطان پستان نیکو** مقاله‌ای در مورد واکسن آنفلوانزا تهیه کرده‌اند که در ادامه می‌خوانیم.

ایمن‌سازی آنفلوانزا محافظت در برابر آنفلوانزا را فراهم می‌کند و به کاهش تعداد عفونت‌ها و مرگ و میر کمک می‌کند. رعایت مسائل بهداشتی مانند شستن مکرر دست‌ها، پوشاندن دهان و بینی هنگام عطسه و سرفه و ماندن در خانه در هنگام ناخوشی نیز به جلوگیری از گسترش آنفلوانزا کمک می‌کند.

آنفلوانزا توسط یک ویروس بسیار مسری ایجاد می‌شود که از طریق تماس با مایعات ناشی از سرفه و عطسه منتقل می‌شود. هر ساله آنفلوانزا باعث بیماری‌های گسترده در جامعه می‌شود.

از زمان شروع همه‌گیری کرونا، به دلیل بسته بودن مرزهای بین‌المللی، محدودیت‌های موجود در جوامع و اقدامات فاصله‌گذاری اجتماعی، نرخ پایین آنفلوانزا در دنیا وجود داشته است. با این حال، با برطرف شدن محدودیت‌ها، ممکن است دوباره آنفلوانزا در سال ۲۰۲۲ ظهور کند.

چه کسانی باید در برابر آنفلوانزا واکسینه شوند؟

ایمن‌سازی در برابر آنفلوانزا برای همه افراد بالای ۶ ماه توصیه می‌شود. **آزمایشگاه پاتوبیولوژی نیکو** برخی از افراد بیشتر در معرض خطر عوارض ناشی از آنفلوانزا هستند. افرادی که دارای یک بیماری زمینه‌ای هستند یا ایمنی آنها کاهش یافته است بیشتر در معرض خطر هستند و باید در برابر آنفلوانزا ایمن‌سازی شوند. افرادی که در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به آنفلوانزا قرار دارند عبارتند از:

- افراد ۶۵ سال و بالاتر
- زنان باردار (در هر مرحله از بارداری)
- کودکان مبتلا به بیماری قلبی
- افراد مبتلا به بیماری مزمن ریوی (از جمله افراد مبتلا به آسم شدید که نیاز به مراجعه مکرر به بیمارستان دارند)
- افراد مبتلا به بیماری‌های عصبی مزمن
- افراد مبتلا به بیماری‌های نقص ایمنی
- افراد مبتلا به **هموگلوبینوپاتی (Hemoglobinopathy)** (اختلالات خونی ناشی از تغییرات ژنتیکی)

- افراد مبتلا به دیابت
- افراد مبتلا به بیماری کلیوی
- کودکان تحت درمان طولانی مدت آسپرین از ۶ ماه تا ۱۰ سال
- کودکان از ۶ ماه تا زیر ۵ سال.
- کارمندان خدمات درمانی
- کارکنان مراکز خانه های سالمندان
- افرادی که با فردی که بیماری مزمن دارد یا بالای ۶۵ سال سن دارد زندگی می کنند یا از او مراقبت می کنند
- افراد بی خانمان
- افرادی که با کودکان کار می کنند
- افراد مبتلا به سندرم داون
- افرادی که چاق هستند (BMI بیشتر یا مساوی ۳۰)
- افرادی که به الکل معتاد هستند
- ساکنان خانه های سالمندان
- افرادی که در صنعت مرغداری و خوک فعالیت دارند
- افرادی که خدمات ضروری اجتماعی را ارائه می دهند

نحوه عملکرد واکسن آنفولانزا چگونه است؟

ویروس های آنفولانزا هر سال تغییر می کنند زیرا ویروس آنفولانزا توانایی منحصر به فردی در تغییر ساختار سطحی خود دارد. این بدان معنی است که اگر واکسن آنفولانزا را در یک سال تزریق کرده اید، سیستم ایمنی بدن ممکن است نتواند با نسخه تغییر یافته ویروسی که سال بعد در گردش است، مبارزه کند.

هر سال، واکسن جدیدی ساخته می شود (معمولاً واکسن آنفولانزای فصلی نامیده می شود) و برای کسانی که مایل به واکسینه شدن هستند در دسترس است. واکسن آنفولانزای فصلی شامل محافظت در برابر چهار سویه ویروس آنفولانزا است.

واکسن آنفولانزا نمی تواند باعث بیماری آنفولانزا شود زیرا حاوی ویروس زنده نیست. با وجود تزریق واکسن آنفولانزا برخی از افراد ممکن است همچنان به آنفولانزا مبتلا شوند زیرا واکسن ممکن است در برابر همه گونه های ویروس آنفولانزا که در جامعه در گردش است محافظت ایجاد نکند.

آیا تزریق واکسن آنفولانزا در بارداری ایمن است؟

زنان باردار در معرض افزایش خطر عوارض ناشی از آنفولانزا هستند. واکسن آنفولانزا برای زنان باردار در هر زمانی از بارداری به شدت توصیه می شود و بی خطر است. همچنین می توان آن را با خیال راحت در هنگام شیردهی تجویز کرد.

واکسیناسیون آنفولانزای زنان باردار همچنین به دلیل انتقال جفتی آنتی بادی ها از مادر واکسینه شده به جنین متولد نشده، نوزادان را در برابر آنفولانزا در ۶ ماه اول پس از تولد محافظت می کند.

انواع واکسن آنفولانزا چیست؟

دو نوع واکسن آنفولانزا برای فصل آنفولانزا موجود است:

- واکسن آنفولانزا که با سوزن تزریق می شود
- اسپری بینی، که به سوراخ های بینی پاشیده می شود

هر دو نوع واکسن در برابر چهار نوع ویروس آنفولانزا که در این فصل باعث بیماری می شوند محافظت ایجاد می کنند.

در گذشته، واکسن اسپری بینی برای کودکان توصیه نمی شد، زیرا به نظر نمی رسید به اندازه کافی خوب عمل کند. به نظر می رسد نسخه جدیدتر به خوبی کار می کند. بنابراین، بسته به سن و سلامت عمومی کودک، می توان هر یک از واکسن ها را تزریق کرد.

اسپری بینی فقط برای افراد سالم ۲ تا ۴۹ ساله توصیه می شود. افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند یا افراد مبتلا به برخی از بیماری ها (مانند آسم) و زنان باردار نباید واکسن اسپری بینی را دریافت کنند. همچنین در کودکانی که به طور منظم اسپرین مصرف می کنند، کاشت حلزون انجام داده اند یا اخیراً داروهای ضد ویروسی برای آنفولانزا مصرف کرده اند، نیز باید از مصرف آن اجتناب شود.

چرا واکسن آنفولانزا توصیه می شود؟

در حالی که واکسن آنفولانزا ۱۰۰٪ موثر نیست، اما هنوز هم احتمال ابتلای فرد به آنفولانزا را کاهش می دهد، زیرا بیماری آنفولانزا می تواند بسیار جدی باشد. همچنین اگر فردی که واکسن را دریافت کرده همچنان آنفولانزا داشته باشد، می تواند شدت علائم او را کمتر کند.

اگر سال گذشته واکسن آنفولانزا را دریافت کردید، امسال نمی‌تواند محافظت کافی را ایجاد کند، زیرا ویروس‌های آنفولانزا تغییر می‌کنند. به همین دلیل است که این واکسن هر سال به روز می‌شود تا جدیدترین انواع ویروس را در خود جای دهد.

گاهی اوقات همان نوع ویروس سال گذشته در واکسن سال جدید نیز گنجانده می‌شود. حتی در آن زمان نیز دریافت واکسن آنفولانزای سالانه مهم است زیرا ایمنی بدن در برابر ویروس آنفولانزا با گذشت زمان کاهش می‌یابد.

دریافت واکسن آنفولانزا نه تنها فرد را از آنفولانزا محافظت می‌کند. همچنین به محافظت از افراد و جامعه اطراف نیز کمک می‌کند. واکسن آنفولانزا باعث می‌شود فرد کمتر به آنفولانزا مبتلا شود و در نتیجه احتمال شیوع آنفولانزا را کاهش می‌دهد. دریافت واکسن آنفولانزا یک راه عالی برای محافظت از افرادی است که در معرض خطر ابتلا به آنفولانزا هستند، مانند افراد مسن، نوزادان و افراد مبتلا به بیماری‌هایی مانند آسم. هر ساله هزاران نفر بر اثر آنفولانزا جان خود را از دست می‌دهند و دریافت واکسن آنفولانزا یکی از راه‌های پیشگیری از آن است.

عوارض جانبی احتمالی واکسن آنفولانزا چیست؟

هر دو نوع واکسن می‌توانند عوارض جانبی خفیفی ایجاد کنند. واکسن آنفولانزا معمولاً به صورت تزریق در بازو یا ران (بسته به سن فرد) انجام می‌شود. حاوی ویروس آنفولانزای کشته شده است و نمی‌تواند باعث ابتلای کسی به آنفولانزا شود. اما می‌تواند باعث درد، قرمزی یا تورم در محل تزریق شود. به ندرت ممکن است باعث تب خفیف یا بدن درد شود.

اسپری بینی واکسن آنفولانزا حاوی ویروس‌های آنفولانزای زنده ضعیف شده است. بنابراین ممکن است علائم خفیفی مانند آبریزش بینی، خس خس سینه، گلودرد، استفراغ یا خستگی ایجاد کند. مانند نوع تزریقی، گاهی اوقات می‌تواند باعث تب خفیف یا بدن درد شود.

گاهی اوقات، افراد پس از تزریق واکسن غش می‌کنند، به خصوص نوجوانان. نشستن یا دراز کشیدن به مدت ۱۵ دقیقه بلافاصله پس از تزریق برای جلوگیری از این امر کمک می‌کند.

اگر فرزند شما عوارض جانبی دارد، با پزشک او در مورد دادن استامینوفن یا ایبوپروفن صحبت کنید.

یک پارچه گرم و مرطوب یا یک پد گرم کننده در محل تزریق ممکن است به کاهش درد کمک کند. به ندرت، واکسن آنفولانزا می تواند واکنش آلرژیک جدی ایجاد کند.

آیا افرادی که به تخم مرغ آلرژی دارند، می توانند واکسن آنفولانزا را تزریق کنند؟

در گذشته، افراد مبتلا به آلرژی به تخم مرغ باید با پزشک خود در مورد اینکه آیا واکسن آنفولانزا برای آنها خوب است یا خیر، مشورت می کردند، زیرا این واکسن در داخل تخم مرغ رشد می کند. اما کارشناسان بهداشت می گویند که میزان پروتئین تخم مرغ در واکسن آنقدر ناچیز است که حتی برای بچه هایی که به تخم مرغ حساسیت شدید دارند، بی خطر است. این امر به ویژه در طول فصل آنفولانزای شدید مهم است.

با این حال، کودک مبتلا به آلرژی به تخم مرغ (که علائم آن شدیدتر از کهیر است) باید تحت نظر پزشک معالج واکسن آنفولانزا را در مطب دریافت کند.

آیا ارتباطی بین تزریق واکسن آنفولانزا و سندروم گیلن باره وجود دارد؟

در سندرم گیلن باره (GBS)، سیستم ایمنی بدن به اعصاب خارج از مغز و نخاع (اعصاب محیطی) حمله می کند. این امر باعث ضعف موقت یا حتی فلج (ناتوانی در حرکت) در قسمت هایی از بدن می شود.

سندرم گیلن باره نادر است، اما می تواند جدی باشد. به عنوان مثال، اگر عضلات قفسه سینه را تحت تاثیر قرار دهد، ممکن است فرد دچار مشکل تنفسی شود و برای مدتی نیاز به استفاده از دستگاه تنفس مصنوعی داشته باشد. خبر خوب این است که فلجی که ممکن است اتفاق بیفتد معمولاً موقتی است.

در سندرم گیلن باره، حمله به سیستم ایمنی معمولاً شامل پروتئین هایی به نام آنتی بادی می شود. آنتی بادی معمولاً اینها به از بین بردن باکتری ها یا ویروس های مهاجم کمک می کنند. اما در سندرم گیلن باره، این آنتی بادی ها به اشتباه به قسمت هایی از اعصاب محیطی آسیب می رسانند.

داده های مربوط به ارتباط بین سندرم گیلن باره و واکسیناسیون آنفولانزای فصلی متغیر و در طول فصول آنفولانزا متناقض است. اگر خطر افزایش سندرم گیلن باره به دنبال واکسیناسیون آنفولانزا وجود داشته باشد، این خطر بسیار ناچیز است، در حد یک تا دو مورد سندرم گیلن باره به ازای هر میلیون دوز واکسن آنفولانزا که تزریق شده است.

آیا تزریق واکسن آنفولانزا در پیشگیری از ابتلا به کرونا موثر است؟

فصل آنفولانزا در طول همه‌گیری کرونا خفیف‌تر به نظر می‌رسید، زیرا افراد کمتری به آنفولانزا مبتلا شده یا در بیمارستان بستری شدند. این احتمالاً به اقدامات بهداشت عمومی مرتبط است که از ویروس کرونا محافظت می‌کند، زیرا آنها در برابر آنفولانزا نیز محافظت ایجاد می‌کنند. این موارد شامل پوشیدن ماسک در اماکن عمومی، فاصله‌گذاری اجتماعی و سفر کمتر بود. افزایش نرخ واکسیناسیون آنفولانزا نیز ممکن است کمک کند. اگر این اقدامات احتیاطی کمتر انجام شود، میزان عفونت آنفولانزا دوباره افزایش می‌یابد، بنابراین هنوز هم مهم است که هر سال واکسن آنفولانزا دریافت شود.

احتمال ابتلا به آنفولانزا در زمستان امسال وجود دارد زیرا افراد کمتری در طول همه‌گیری کرونا در برابر آن مصونیت طبیعی ایجاد کرده‌اند.

اگر شخصی همزمان به آنفولانزا و کرونا مبتلا شود، تحقیقات نشان می‌دهد که احتمال ابتلای او به بیماری جدی بیشتر است.

واکسینه شدن در برابر آنفولانزا و کرونا در برابر هر دو بیماری محافظت ایجاد می‌کند. تزریق همزمان واکسن آنفولانزا و واکسن کرونا بی‌خطر است.

منابع:

[/https://kidshealth.org](https://kidshealth.org)

[/https://www.nidirect.gov.uk](https://www.nidirect.gov.uk)

<https://www.cdc.gov/flu/symptoms/symptoms.htm>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%87%D9%85%D9%88%DA%AF%D9%84%D9%8%D8%A8%DB%8C%D9%86%D9%88%D9%BE%D8%A7%D8%AA%DB%8C>