



با سرد شدن هوا اسم واکسن آنفلوآنزا سر زبان‌ها می‌افتد
این واکسن را چه کسانی و کی باید تزریق کنند؟

رویین تن در زمستان



برگ‌های پاییزی که رنگشان می‌پرد و زرد می‌شود و باد که سوزش را در میان خیابان‌ها و کوچه‌ها می‌کند، جدای از همه شاعرانگی‌ها این انواع ویروس‌های آنفلوآنزا هستند که از بدن یکی به دیگری می‌روند و جولان می‌دهند. واکسن آنفلوآنزا راهی برای پیشگیری از این مشکل است. تا حرف از سرماخوردگی و آنفلوآنزا پیش می‌آید، پیشنهاد اول و آخر خیلی‌ها تزریق این واکسن است، در حالی که خیلی‌ها نمی‌دانند این واکسن را چه کسانی و در چه زمانی باید استفاده کنند.

باتشکر از: دکتر زینب عابدی - داروساز

و دیالیزی هستید، سن بالای ۵۰ سال و کمتر از شش سال دارید و در بیمارستان و درمانگاه کار می‌کنید، حتما واکسن آنفلوآنزا بزنید. واکسن آنفلوآنزا فصلی است و برای هر فصل هم متفاوت است. واکسن‌های اینفلوواک هلندی و واکسن گریپ کانادایی از واکسن‌های مورد استفاده در این فصل هستند. واکسن‌هایی که برای تهیه آن، نیازی نیست که از برگه بیمه خود استفاده کنید. تجویز پزشک لازم نیست و می‌توانید از داروخانه‌ها به صورت آزاد تهیه کنید. البته همه نمی‌توانند واکسن بزنند، اگر به تخم‌مرغ و ترکیبات واکسن حساسیت دارید، نباید به فکر تزریق واکسن بیفتید. اگر سیستم ایمنی ضعیفی هم دارید، می‌توانید از واکسن آنفلوآنزا استفاده کنید، اما بعد باید داروهای تقویتی مانند بادی کلینز مصرف کنید. اگر در سه ماهه اول دوره بارداری به سر می‌برید هم نباید واکسن آنفلوآنزا تزریق کنید. منع تزریق برای آنها که در سه ماهه دوم و سوم بارداری قرار دارند، البته با دستور پزشک معالج ایرادی ندارد. اگر هم مادر شیرده هستید، برای تزریق واکسن هیچ منع پزشکی ندارید.

چطور نگه داریم؟

واکسن آنفلوآنزا را باید در یخچال و در دمای بین ۲ تا ۸ درجه نگه دارید. قبل از استفاده اما این واکسن باید به دمای ۲۵ درجه و در واقع دمای اتاق برسد. بهترین کار این است که در مراکز درمانی واکسن را تزریق کنید. برای اعضای خانواده‌تان که بیشتر از دو سال دارند، یک دوز کامل از این واکسن باید تزریق شود. فرزندان زیر دو سال هم که باید از واکسن مخصوص به خود استفاده کنند. اگر به سردرد، درد عضلانی و مفاصل، تب و لرز، ضعف و خستگی، تعریق زیاد و سرخی در محل تزریق تا دو روز بعد از تزریق واکسن مبتلا شدید، نگران نشوید، اینها عوارض بعد از تزریق واکسن آنفلوآنزا هستند.

واکسنی برای همه بیماری‌ها

این طور نیست که با تزریق واکسن آنفلوآنزا، در برابر همه بیماری‌ها به طور کامل ایمن بمانید. این واکسن شما را در برابر آنفلوآنزاهای خطرناک مانند خوک و پرندگان که اتفاقا این روزها از بروز دوباره آن در برخی از کشورها خبر می‌رسد، محافظت می‌کند. با تزریق واکسن آنفلوآنزا شما ممکن است به ویروس سرماخوردگی و حتی به ویروس‌های دیگر آنفلوآنزا مبتلا شوید، پس فکر نکنید با تزریق یک واکسن، شما ابرقهرمان می‌شوید و دیگر قرار نیست به بیماری دچار شوید.

لیلا شوقی

روزنامه نگار

اما زمان طلایی آن برای فصل سرد سال، از اواسط شهریورماه تا اواخر مهرماه است. البته اگر شروع سرمای هوا به تعویق بیفتد می‌توانید این واکسن را دیرتر هم بزنید.

چه کسانی؟

همه باید احتمال ابتلا به آنفلوآنزا را جدی بگیرند؛ اما اگر جزو افراد ریسستیک به حساب می‌آیید، یعنی از مبتلایان به بیماری‌های دیابت، بیماری‌های قلبی عروقی یا جزو بیماران سرطانی، پیوندی

آنفلوآنزا یا سرماخوردگی، مساله این است

قبل از این که سراغ خرید واکسن بروید، باید بدانید آنفلوآنزا دارید یا این که نه، سرماخوردده‌اید. هر عطسه، گلو درد، گرفتگی بینی و آبریزشی نشانه سرماخوردگی نیست. علائم آنفلوآنزا سریع و ناگهانی سراغتان می‌آید. اگر تا شب قبل، حالتان خوب بوده و در صحت و سلامت به سر می‌بردید، ولی صبح یک‌باره حالتان بد شد، این یعنی به احتمال زیاد، شما آنفلوآنزا گرفته‌اید.

گلو درد، بدن درد و تب شدید، نشانه آنفلوآنزا است؛ علائمی که بعد از چند ساعت از بروز بیماری، رو به بهبود می‌رود. درباره سرماخوردگی اما همه چیز به شکل دیگری است. بیماری با آبریزش و گرفتگی بینی شروع می‌شود و بعد با سرفه و گلو درد ادامه پیدا می‌کند تا زمانی که بیماری تشدید شود.

چرا و چه زمانی؟

شاید بپرسید که چرا باید برای جلوگیری از ابتلا به آنفلوآنزا واکسن زد؟ آنفلوآنزا می‌تواند خطرناک باشد و عوارض جدی هم به همراه دارد. ابتلا به ذات‌الریه و حتی مرگ از اثرات آنفلوآنزا است.

هر سال این ویروس رشد می‌کند و حتی تغییر ماهیت می‌دهد. شاید به خاطر همین است که انواع مختلفی از آن وجود دارد و هر سال هم نمونه جدیدی از ویروس متولد می‌شود. بنابراین بهترین کار این است که هر سال، واکسن خاص آن سال هم تهیه و تزریق شود. این واکسن را همیشه می‌توان تزریق کرد.

۲ نوع واکسن

برای آنفلوآنزا تعریف شده. یک نوع از واکسن‌های آنفلوآنزا مناسب کودکان زیر دو سال و یک نوع دیگر هم مناسب برای افراد بالای دوسال است.

۵ کشور

واکسن آنفلوآنزایشان را به ایران صادر می‌کنند. واکسن آنفلوآنزای تولید داخل نداریم و همه واکسن‌ها هم خارجی و وارداتی هستند. هلند، فرانسه، کانادا، کره جنوبی و روسیه، پنج کشوری هستند که واکسن‌های آنفلوآنزایشان در ایران استفاده می‌شود.

۶ تا ۱۳ ماه

بعد از تزریق واکسن آنفلوآنزا به مدت ۶ تا ۱۳ ماه می‌توانید از آنفلوآنزا در امان بمانید.

۳۶ تا ۴۱ هزار تومان

قیمت واکسن‌های آنفلوآنزا در بازار هستند.

۲ تا ۴ هفته

زمان می‌برد تا واکسن تاثیر خودش را بگذارد و در مقابل آنفلوآنزا ایمن بمانید.