

# معافیت انفلونزا

برای داشتن یک زندگی بهتر خود را واکسین کنید!

## واکسین‌ها: بهترین گزینه برای وقایه.

اگر سوالی دارید، از ارائه‌دهنده مراقبت‌های صحتی خود  
پرسان کنید.

برای معلومات اضافه درباره واکسین‌ها و مریضی  
مراجعه کنید به

[hhs.iowa.gov/public-health/  
immunization](https://hhs.iowa.gov/public-health/immunization)

[www.immunize.org](https://www.immunize.org)

[www.cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines)

[www.aap.org](https://www.aap.org)



IOWA™

Health and  
Human Services

Public Health

IOWA™

Health and  
Human Services

Public Health

خاتمه دادن به انفلونزا

## انفلونزا با شما رفع می‌شود! از خودتان و کسانی که دوستشان دارید محافظت نمایید.

اگر به انفلونزا مصاب شوید، فقط بالای  
صحت شما تاثیر نمی‌گذارد. ممکن است  
فامیل، دوستان و همکارانتان را در معرض  
عفونتی قرار دهید که بطور متوسط سالانه  
36,000 نفر را در ایالات متحده می‌کشد.

برای جلوگیری از مصاب شدن به انفلونزا،  
واکسین شدن سالانه بسیار مهم است. با  
ارائه‌دهنده مراقبت‌های صحتی خود درباره  
واکسین انفلونزا برای خود و فامیل‌تان صحبت  
نمایید.

## انفلونزا چیست؟

انفلونزا (فلو) یک بیماری تنفسی مسری است که توسط وایرس‌های انفلونزا ایجاد می‌شود. انفلونزا معمولاً بطور ناگهانی ایجاد می‌شود و ممکن است باعث موارد ذیل شود:

- سرفه
- تب
- لرزه
- گلو دردی
- درد عضلانی و یا جان دردی
- گرفتگی یا آبریزش بینی
- سردردی
- ماندگی

انفلونزا با سرماخوردگی یا بیماری معده یا امعا متفاوت است و می‌تواند توسط وایرس‌ها یا باکتری‌های مختلفی ایجاد شود.

انفلونزا می‌تواند باعث بیماری خفیف تا شدید و گاهی باعث مرگ شود. عوارض جدی انفلونزا در هر سنی ممکن است اتفاق بیفتد، اما اشخاص 65 ساله به بالا، اشخاص مصاب به امراض مزمن خاص (استما، دیابت یا بیماری قلبی)، زنان حامله و اطفال خردسال در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

## انفلونزا چه قسم منتقل می‌شود؟

انفلونزا زمانی که شخص مصاب، سرفه یا عطسه می‌کند، به دیگران سرایت می‌کند. همچنان ممکن است شخص با لمس سطح یا شیئی که وایرس انفلونزا روی آن قرار دارد، و بعداً دست زدن به دهن، بینی یا چشمان خود به انفلونزا مصاب شود.

بیشتر کلانسالان صحتمند می‌توانند از یک روز قبل از ایجاد علائم و تا هفت روز بعد از مریض شدن، دیگران را مبتلا کنند.

## چه قسم می‌توانم از خود و فامیلام محافظت کنم؟

انجام پیچکاری سالانه توصیه می‌شود چون ممکن است گونه‌های انفلونزا هر سال تغییر نمایند و واکسین مطابق با سویه‌های فعلی تغییر می‌کند. برای کاهش احتمال ابتلا به انفلونزا، واکسیناسیون باید هر سپتمبر یا در اولین فرصت در دسترس بودن واکسین شروع شود و در طول فصل ابتلا به انفلونزا ادامه یابد. برای دریافت واکسین انفلونزا هیچ‌گاه دیر نیست.

## آیا واکسین انفلونزا می‌تواند باعث بیماری انفلونزا شود؟

واکسین انفلونزا نمی‌تواند باعث بیماری انفلونزا شود. داشتن علائم مشابه انفلونزا همیشه به این معنی نیست که شما انفلونزا دارید. امراض دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند بینی، گلو و شش‌ها را مبتلا سازند و علائمی شبیه انفلونزا ایجاد کنند.

## آیا واکسین‌ها بی‌خطر هستند؟

واکسین‌ها در ایالات متحده ایمن و موثر هستند. عوارض جانبی رایج واکسین‌ها جزئی هستند و بشمول درد در جای تزریق واکسین یا تب خفیف می‌شوند. چنین علائم جزئی طبیعی است و مادامی که بدن معافیت ایجاد می‌کند، مورد انتظار است. عکس‌العمل‌های شدید بسیار نادر است. هر شخصی که واکسین را دریافت می‌کند باید بطور کامل از مزایا و مضرات آن مطلع شود. در صورت وجود هر نوع سوال یا تشویش باید آن را با ارائه‌دهنده مراقبت‌های صحی خود در میان بگذارید.

## سوابق معافیت

سند مربوط به مصون‌سازی ممکن است در طول زندگی ضروری باشد. با ارائه‌دهنده مراقبت‌های صحی خود در مورد وارد کردن مصون‌سازی به سیستم معلوماتی ثبت مصون‌سازی آیووا (IRIS) و دریافت نسخه کاپی از سوابق خود صحبت نمایید.

## کدام اشخاص باید واکسین شوند؟

تمام اشخاص 6 ماهه به بالا باید هر سال واکسین انفلونزا را دریافت کنند. واکسین انفلونزا بخصوص برای اشخاص در معرض خطر و اشخاصی که با اشخاص در معرض خطر زندگی می‌کنند یا از آنها مراقبت می‌کنند بسیار مهم است. کارمندان مراقبت‌های صحی باید هر سال واکسین انفلونزا را برای محافظت از خود و مریضان دریافت نمایند.