

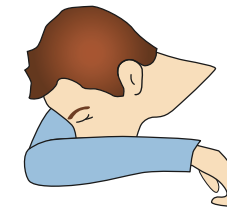
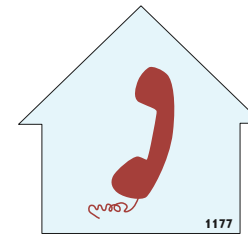
## اطلاعات جهت والدین کودکان خردسال

**آنفلانزاک جدید A(H1N1)** یک آنفلانزای ویروسی است و در حال پخش در سراسر جهان است. تفاوت آن با آنفلانزای معمولی فصلی در این است که بیشتر افرادی که به آن مبتلا می شوند، جوانان هستند. البته بیشتر کسانی که به شدت به این بیماری مبتلا می شوند دچار بیماری دیگری نبوده اند. بدین جهت امکان پیش بینی این که چه کسی امکان دارد به شدت دچار این بیماری شود، غیر ممکن است.

با تلقیح واکسن می توان از پخش و شیوع آن جلوگیری کرد. شما با تلقیح واکسن هم خود، هم نزدیکان عزیزتان و هم اطرافیان خود را و نیز گروهی که جزو ریسک گروپ بشمار می آیند، و به سببی نمی توانند واکسن بزنند از ابتلا به این بیماری حفظ می کنید.

### پخش آنفلانزاک جدید را کاهش دهید

- < دستهای خود را قبل از صرف غذا، بعداز رفتن به دستشویی و بعداز بازی در بیرون بشوئید.
- < در خمیدگی ساعد و بازو سرفه یا عطسه کنید
- < بعداز خوب شدن از بیماری آنفلانزای بلافاصله از خانه بیرون نروید. بگذارید کودک بیماری که تازه تب وی قطع شده است یک روز بیشتر در خانه بماند.



جهت اطلاع بیشتر به سایت [www.krisinformation.se](http://www.krisinformation.se) و یا [www.1177.se](http://www.1177.se) مراجعه کنید.  
شما می توانید با شماره های 1177 و یا 020-20 20 00 تماس بگیرید.

## چگونه بدانم که کودک مبتلا به آنفلانزا شده است

اگر کودک شما متعلق به یکی از این گروه‌ها است (ریسک‌گروپ) و شما نسبت به ابتلای وی به آنفلانزای جدید مشکوک هستید، شما می‌باید همیشه و بلافاصله با پزشک و نهاد خدمات پزشکی تماس حاصل کنید. در صورت تردید در این که چه امری در مورد کودک شما صدق می‌کند، می‌باید با پزشک و مخصوصاً با پزشک معالج کودک تماس بگیرید.

## چگونه می‌توان کودک را از ابتلا به بیماری حفظ کرد

با تلقیح واکسن بر ضد آنفلانزای جدید، شستن مداوم دستها و خوداری از سرفه و عطسه کردن در حضور و نزدیکی کودک او را از ابتلا به این بیماری حفظ می‌کنید. اگر شما کودک تان را شیر می‌دهید، هیچ‌گونه ریسکی در سرایت بیماری از طریق شیر شما به وی وجود ندارد. ویروس بسهولت در اماکنی پخش می‌شود که کودکان بسیارند با هم بازی می‌کنند و غذا می‌خورند. شستن دستها قبل از صرف غذا، بعداز بازی در بیرون، پس از رفتن به دستشویی و بعداز گرفتن بینی ریسک پخش این ویروس را کاهش می‌دهد. همیشه می‌باید در خمیدگی بازو و ساعد سرفه و یا عطسه کرد.

## تلقیح واکسن بر ضد آنفلانزا (A(H1N1))

موثرترین راه جلوگیری و حفظ کودکان از ابتلا سخت به این بیماری تلقیح واکسن است. از این رو به کلیه‌ی کودکان از سن 6 ماهگی به بالا تلقیح واکسن توصیه می‌شود.

## کودکان دارا آلرژی

در واکسن ضد آنفلانزای جدیدی پروتئین تخم مرغ وجود دارد. در صورتی که کودک شما به پروتئین تخم مرغ و یا مواد دیگری حساسیت دارد، قبل از تلقیح واکسن می‌باید با پزشک مشورت کنید. اگر کودک شما قبلاً نسبت به واکسن آنفلانزا و یا واکسن دیگری حساسیت نشان داده است، می‌باید با پزشک این مطلب را در میان بگذارید.

## به خاطر داشته باشید

... شما بزرگسالان می‌توانید با تلقیح شیوع و پخش این ویروس را دهید. و بدین ترتیب در جلوگیری از ابتلاک و افرادک به سبب نم‌توانند بزنند، می‌ید.

معمول‌ترین علائم آنفلانزای جدید عبارتند از تب شدید، سرفه، گلو درد، ریزش بینی، درد عضلات و که سر درد و بعضی اوقات همراه با حال تهوع و اسهال است. این عوارض معمولاً بعداز چند روز کاهش یافته و کودک بیشتر اوقات تقریباً بعداز یک هفته بطور کامل سلامتی خود را بدست می‌آورد. نوزادان تا کودکانی که سن آنها به دو سال می‌رسد معمولاً ممکن است سخت دچار آنفلانزا بشوند، از این رو می‌باید در مورد حال عمومی کودک بیشتر دقت کنید.

## من باید چه کارکنم؟

حال عمومی کودک را زیر نظر داشته باشید. اگر کودک قدرت و حال این را دارد که سرپا باشد و بازی کند، به اندازه‌ی کافی می‌نوشد و و مثل معمول ادرار می‌کند، از او می‌تواند در خانه مراقبت کنید. پس از بریدن تب کودک و قبل از بیرون بردن او و یا به مهد کودک سپردنش از وی یک روز بیشتر در منزل مراقبت کنید تا او بهبود کامل یابد و نیز بدین ترتیب از سرایت و پخش ویروس جلوگیری می‌کنید.

در صورتی که عوارض خاتمه نیابد و یا حال کودک بدتر و وخیم تر شود، لازم است که پزشک او را معاینه کند.

در صورتی که کودک علائم زیر را نشان می‌دهد، باید بلافاصله با نهاد پزشکی تماس بگیرید:

- < بیش از سه روز تب شدید
- < استفراغ شدید
- < امتناع از نوشیدن به مقدار لازم
- < خستگی مفرط و بی‌حالی و فاقد قدرت سرپا بودن
- < به سختی تنفس کردن

شما جهت مشورت و رایزنی می‌توانید همیشه با مرکز مشاوره‌ی خدمات درمان پزشکی تماس بگیرید. با این نهاد می‌توانید با شماره‌ی تلفن 1177 و یا با شماره‌ی یتلفن ویژه‌ی لنینزینگ محل اقامت خود تماس حاصل نمایید. در صورتی که حال کودک به سرعت رو به وخامت بگذارد به شماره 112 زنگ بزنید.

## کودک جزو گروهی می‌باشد که ریسک ابتلاک وک به این بیماری زیاد است (ریسک‌گروپ)

امکان ابتلای کودکی که مبتلا به بیماری مزمن قلبی و ریوی، قند (دیابت)، کبد و کلیه و یا کمبود درجه‌ی مصونیت و یا نقص بدنی چند گونه باشد، از افراد دیگری که به آنفلانزای جدید دچار می‌شوند، بیشتر و شدیدتر است.