

## واکسین انفلونزا

هر شخص ممکن است به مرض شدید انفلونزا مبتلا شود، اما بعضی گروه های خطرِ مشخص، بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به حالت شدید این مرض قرار دارند. در ناروی، حدود ۱.۶ میلیون طفل و بزرگسال شامل یکی از این گروه های خطر هستند. اگر اشخاص شامل در این گروه های خطر واکسین شوند، مزایای صحتی قابل توجهی می تواند حاصل شود.

اطفال و بزرگسالان شامل در گروه های خطر ذیل باید هر سال واکسین انفلونزا را تطبیق کنند:

- هر شخص دارای ۶۵ سال سن یا بیشتر
- باشندگان آسایشگاه پیران و خانه های مراقبت
- اطفال و بزرگسالان مبتلا به:
  - بیماری مزمن ریوی
  - اختلالات مزمن قلبی و عروقی
  - خرابی مزمن کبدی
  - خرابی مزمن کلیوی
  - اختلالات یا جراحی مزمن عصبی
  - سیستم معافیتی آسیب دیده
  - دیابت نوع ۱ و ۲
  - مرض چاقی (BMI بالاتر از ۴۰)
  - دیگر اختلالات جدی یا مزمن
- زنان حامله از هفته ۱۲ حاملگی

### چرا باید واکسین را تطبیق کنم؟

انفلونزا می تواند از جمله سبب سینه بغل شدید شود و بسیاری از اختلالات مزمن را تشدید کند. در صورت بروز عوارض ناشی از انفلونزا، بستری شدن در شفاخانه ضروری خواهد بود.

اشخاص مبتلا به مرض قلبی و عروقی در طول فصل انفلونزا بیشتر از دیگر اوقات سال در معرض حمله قلبی، تکان، و مرگ قرار دارند. انفلونزای شدید می تواند به صدمه صحتی دائم منجر شود و نیاز به حمایت صحتی را افزایش بدهد. به طور متوسط، سالانه ۹۰۰ تن در ناروی از اثر انفلونزا جان خود را از دست می دهند. تطبیق واکسین، از اشخاص در مقابل انفلونزای شدید حفاظت می کند.

### واکسین در مقابل چه چیزی حفاظت می کند؟

واکسین انفلونزا بعد از ۱ الی ۲ هفته از تطبیق واکسین، حفاظت در مقابل ویروس انفلونزا را شروع می کند. این واکسین در مقابل ویروس کرونا (COVID-19) یا سایر ویروس ها و بکتریاهایی که ممکن است علائم مشابه به انفلونزا نیز داشته باشند، حفاظت نمی کند.

علائم معمول انفلونزا شامل شروع سریع مرض، تب، سرفه خشک، احساس کوفتگی، سردرد، و درد عضله به مدت ۳ الی ۱۰ روز می باشد.

### چرا باید هر سال واکسین را تطبیق کنید؟

شما باید به این جهت این واکسین را هر سال تطبیق کنید که ویروس انفلونزا دائماً در حال تغییر است، و برای مطابقت با این وضعیت، واکسین باید تبدیل شود. برعلاوه، اثر واکسین در طی زمان از بین می رود.

### آیا واکسین عوارض جانبی دارد؟

واکسین های ضد انفلونزای فصلی سال هاست که استفاده می شوند و عموماً عوارض جانبی ناچیزی دارند. مثل دیگر واکسین ها، این واکسین ممکن است سبب بی حالی، سرخی و ورم دور ناحیه زرق، و نیز درد عضله شود. واکنش های حساسیتی و دیگر عوارض جانبی جدی بسیار کم رخ می دهد.

واکسین انفلونزا سبب ابتلا به انفلونزا نمی شود.

### از چه طریق می توانم واکسین انفلونزا را دریافت کنم؟

برای معلومات در این رابطه، به داکتر خویش و یا وبسایت شاروالی مراجعه کنید.

برای معلومات بیشتر می توانید به وبسایت انستیتوت صحت عامه مراجعه نمایید:

<https://www.fhi.no/en/id/influenza/seasonal-influenza/>