

## واکسین اینفلوینزا

اینفلوینزا ممکن است در برخی افراد عوارض شدید ایجاد کند. فواید واکسیناسیون برای صحت شما میتواند قابل توجه باشد. کودکان و بزرگسالان که در معرض خطر هستند، باید هر سال واکسین اینفلوینزا بگیرند.

### گروه‌های ذیل حتماً باید واکسین اینفلوینزا بگیرند:

- افراد 65 سال به بالا
- ساکنین خانه‌های توانبخشی و خانه‌های مراقبت از سالمندان
- کودکان و بزرگسالان مبتلا به امراض ذیل:
  - شکر، نوع 1 و 2
  - اختلالات مزمن تنفسی
  - اختلالات مزمن قلب و عروق
  - مریضی مزمن کبد
  - مریضی مزمن کلیه
  - اختلالات مزمن عصبی یا جراحی عصبی
  - اختلال در سیستم مصونیت بدن
  - چاقی مفرط (BMI بالای 40)
  - دیگر اختلالات جدی و مزمن
- زنان حامله از هفته 12 حاملگی

### چرا باید واکسین بگیرید؟

حدود 1.6 میلیون کودک و بزرگسال در ناروی در گروه قرار دارند که خطر بروز عوارض ناشی از ابتلا به اینفلوینزا در آن بالا است. طبق آمار، به طور اوسط سالانه 900 نفر در ناروی بر اثر این مریضی فوت میکنند. واکسین اینفلوینزا میتواند زنده گی بسیاری از این افراد را نجات بدهد. مثلاً اینفلوینزا میتواند باعث سینه بغل و تشدید اختلالات مزمن شود. در صورت بروز عوارض ناشی از اینفلوینزا، ممکن است لازم باشد که فرد در شفاخانه بستر شود. در برخی افراد پس از یک دوره ابتلا به اینفلوینزا وضعیت صحتی فرد برای همیشه دچار اختلال میشود. در طول فصل اینفلوینزا افراد مبتلا به امراض قلبی-عروقی بیشتر از زمان‌های دیگر سال مستعد حمله قلبی، سکته مغزی و مرگ هستند. تزریق واکسین اینفلوینزا میتواند در محافظت از آنها کمک کند. ابتلا به اینفلوینزا در دوران حاملگی خطر تولد جنین مرده را افزایش میدهد. زنان حامله نیز نسبت به دیگر زنان سالم در مقابل عوارض آن، از قبیل سینه بغل، آسیب‌پذیرتر هستند. اینفلوینزا در نوزادان ممکن است شدید باشد. واکسین شدن مادر در دوران حاملگی باعث میشود که کودک در دوره اولیه پس از ولادت در مقابل اینفلوینزا مصون شود.

### این واکسین فرد را در مقابل چی چیز مصون میسازد؟

واکسین اینفلوینزا فرد را در مقابل تعداد از انواع مختلف وایروس‌های اینفلوینزا مصون میبخشد. واکسین اینفلوینزا فرد را در مقابل کروناویروس یا دیگر وایروس‌ها و باکتری‌های که علائم مشابه با اینفلوینزا دارند، مصون نمیسازد. علائم معمول اینفلوینزا عبارتند از تب، خشکی گلو، ریزش بینی، بی‌حسی، سردرد و درد عضلاتی برای مدت 3 تا 10 روز.

### چرا باید هر سال واکسین شوید؟

افراد در گروه‌های پرخطر باید هر سال واکسین اینفلوینزای فصلی شوند. این کار ضروری است زیرا وایروس اینفلوینزا همیشه در حال تغییر است و این واکسین هر سال با توجه به این تغییرات تبدیل میشود. تاثیر واکسین نیز به مرور زمان کاهش مییابد.

## آیا این واکسین عوارض جانبی دارد؟

سال‌های زیاد است که از واکسیناسیون در مقابل اینفلوینزای فصلی استفاده میشود. مانند دیگر واکسین‌ها، این واکسین ممکن است موجب حساسیت، سرخی و پندیده‌گی در ناحیه تزریق و نیز درد عضلاتی شود. واکنش‌های حساسیت و دیگر عوارض جانبی شدید بسیار نادر هستند. واکسین اینفلوینزا موجب ابتلا به اینفلوینزا نمیشود.

## چطور میتوانم واکسین اینفلوینزا بگیرم؟

از داکتر عمومی خود بخواهید یا در صورتیکه در محله شما برنامه برای واکسیناسیون وجود دارد، از یکی از روزهای واکسیناسیون شهر استفاده نمایید.

## من کدام واکسین‌ها را گرفته‌ام؟

واکسیناسیون‌های اینفلوینزا در دفتر ثبت مصون‌سازی ناروی (SYSVAK) ثبت میشوند. این معلومات را میتوانید (به زبان ناروی) در وب سایت ذیل بیابید: <https://helsenorge.no/vaksiner/mine-vaksiner>

اگر میخواهید معلومات بیشتر کسب کنید؟ حتماً از داکتر خود بپرسید.

به وب سایت انستیتویت صحت عامه ناروی (Norwegian Institute of Public Health) نیز مراجعه نمایید:

[www.fhi.no/influenza](http://www.fhi.no/influenza)

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