

فصل آنفلوانزا (فلو)

آخرین به‌روزرسانی: اکتبر 2023

واکسن آنفلوانزا برای همه افراد بالای 6 ماه رایگان است. بسیار مهم است که برای محافظت از خودتان در فصل پاییز و زمستان، واکسن آنفلوانزا را دریافت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر به [مطلب دولت بریتیش کلمبیا: واکسن آنفلوانزا \(واکسن فلو\)](#) مراجعه کنید.

بیماری آنفلوانزا یک عفونت دستگاه تنفسی است که توسط ویروس آنفلوانزا ایجاد می‌شود. آنفلوانزا هر سال در یک بازه زمانی در جوامع ما گسترش می‌یابد و باعث بیماری و موارد شیوع گسترده می‌شود. به این فصل، فصل آنفلوانزا می‌گویند. دوره فصل آنفلوانزا از سالی به سال دیگر متفاوت است. فصل آنفلوانزا معمولاً در پاییز، زمستان و اوایل بهار رخ می‌دهد. این فصل به طور متوسط از نوامبر یا دسامبر شروع می‌شود و تا فوریه یا مارس ادامه می‌یابد.

شدت عفونت آنفلوانزا می‌تواند از خفیف تا شدید متفاوت باشد. ابتلا به آنفلوانزا می‌تواند شما را در معرض خطر بیماری شدید و عوارض آن، از جمله ابتلا به سایر عفونت‌ها قرار دهد. این بیماری‌ها شامل ذات‌الریه و ویروسی یا باکتریایی است که بر ریه‌ها تأثیر می‌گذارد. این عوارض می‌توانند تهدید جانی به همراه داشته باشند. هر ساله بسیاری از کانادایی‌ها بر اثر ابتلا به آنفلوانزا و عوارض آن جان خود را از دست می‌دهند.

علائم آنفلوانزا می‌تواند مشابه سایر بیماری‌های تنفسی از جمله سرماخوردگی و COVID-19 باشد. از [این‌ار آنلاین ارزیابی شخصی بریتیش کلمبیا برای بیماری COVID-19](#) استفاده کنید تا ببینید آیا شما یا اعضای خانواده‌تان به ارزیابی یا آزمایش بیشتر برای COVID-19 نیاز دارید یا خیر. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد علائم، نحوه انتشار و پیشگیری، به [مطلب ویروس کرونا \(COVID-19\)](#) مراجعه کنید. اگر بیمار هستید، تا زمانی که تب شما از بین نرفته در خانه بمانید تا از انتقال آنفلوانزا یا احتمالاً COVID-19 جلوگیری کنید. تا زمانی که احساس کسالت و ناخوشی دارید و به اندازه کافی خوب نشده‌اید که به فعالیت‌های روزانه خود برگردید، از تماس نزدیک با افراد دیگر خودداری کنید.

کسب اطلاعات درباره اینکه آنفلوانزای فصلی چیست، می‌تواند از بیمار شدن شما و خانواده تان جلوگیری کند. درباره عوارض سلامتی آنفلوانزا و اینکه چه افرادی بیشتر در معرض خطر ابتلا به آن قرار دارند اطلاعات بیشتری کسب کنید.

چه کسانی باید واکسن آنفلوانزا را دریافت کنند؟

هر فرد 6 ماهه یا بزرگتر باید هر سال واکسن آنفلوانزا را تزریق کند مگر اینکه مشمول مورد استثنای نادری باشد. واکسیناسیون به ویژه برای افرادی که در معرض خطر بالای بیماری جدی ناشی از آنفلوانزا قرار دارند (مانند کودکان خردسال، زنان باردار، افراد مسن، افراد 65 ساله به بالا و افرادی دارای عارضه‌های خاص پزشکی) و کسانی که قادر به انتقال یا انتشار آنفلوانزا به افراد در معرض خطر هستند، اهمیت دارد. پاییز و زمستان امسال، همه افرادی که در بریتیش کلمبیا شش ماه یا بیشتر سن دارند، می‌توانند واکسن آنفلوانزا را به صورت رایگان دریافت کنند.

داروسازان می‌توانند ایمن‌سازی افراد 4 ساله به بالا را با واکسن‌های تزریقی و ایمن‌سازی افراد 2 ساله به بالا را با اسپری بینی واکسن آنفلوانزا انجام دهند.

پرسش‌های رایج درباره آنفلوانزا

پاسخ برخی از [سوالات متداول درباره آنفلوانزا \(فلو\)](#) را بیابید. بخوانید و بدانید که این بیماری تا چه حد می‌تواند جدی باشد. روش‌های انتشار، مدت زمان لازم برای ظهور علائم پس از قرار گرفتن در معرض ویروس و علائمی که باید مراقب آنها باشید را بشناسید. ببینید که برای جلوگیری از ابتلا به آنفلوانزا چه کارهایی می‌توانید انجام دهید؛ مانند واکسیناسیون، ماندن در خانه در هنگام بیماری و شستن دست‌ها.

موضوعات ویژه

آنفلوانزا (فلو)

برای آشنایی با آنفلوانزا، نحوه پیشگیری از آن، علائم، درمان‌های خانگی و موارد دیگر، به مطلب [نکاتی درباره آنفلوانزا \(فلو\) \(HealthLinkBC File #12b\)](#) مراجعه کنید.

واکسن‌های آنفلوانزا

واکسن آنفلوانزا روشی ایمن و موثرترین برای کمک به سالم ماندن افراد، پیشگیری از بیماری و حتی نجات جان مردم است. برای آشنایی با واکسن آنفلوانزا روی لینک‌های زیر کلیک کنید.

- [واکسن غیرفعال آنفلوانزا \(فلو\) \(HealthLinkBC File #12d\)](#)
- [واکسن آنفلوانزا: افسانه‌ها و واقعیت‌ها \(HealthLinkBC File #12c\)](#)
- [واکسن زنده تضعیف شده آنفلوانزا \(فلو\) \(HealthLinkBC File #12e\)](#)
- [چرا سالمندان باید واکسن آنفلوانزای غیرفعال \(فلو\) را دریافت کنند \(HealthLinkBC File #12a\)](#)

شستن دست‌ها

شستن دست‌ها یکی از بهترین راه‌ها برای حفظ سلامت خود و دیگران است. شستن مرتب دست‌ها می‌تواند به جلوگیری از انتشار آلودگی‌ها و میکروب‌ها از جمله ویروس عامل آنفلوانزا کمک کند. برای کسب اطلاعات بیشتر به مطلب [شستن دست‌ها: به جلوگیری از شیوع آلودگی‌ها کمک کنید \(HealthLinkBC File #85\)](#) مراجعه کنید.

سیاست‌ها و برنامه‌های آنفلوانزا

- [دولت بریتیش کلمبیا: برنامه کنترل آنفلوانزا: سوالات متداول – واکسن‌های آنفلوانزا](#)
- [دولت بریتیش کلمبیا: برنامه کنترل آنفلوانزا: سوالات متداول – استفاده از ماسک](#)
- [دولت بریتیش کلمبیا: سیاست‌های مربوط به آنفلوانزا برای ویزیتورها](#)
- [دولت بریتیش کلمبیا: سیاست‌های مربوط به آنفلوانزا برای داوطلبان](#)
- [دولت بریتیش کلمبیا: سیاست‌های استانی پیشگیری از آنفلوانزا](#)

وبسایت‌های مفید

مرکز کنترل بیماری بریتیش کلمبیا

BCCDC خدمات ارتقاء سلامت و پیشگیری و خدمات تشخیصی و درمانی را برای کاهش بیماری‌های مسری و مزمن، آسیب‌ها و خطرات بهداشت محیطی ارائه می‌دهد. BCCDC همچنین نقش ارائه پشتیبانی تحلیلی و سیاستی به دولت و مقامات بهداشتی را بر عهده دارد.

• [آنفلوانزا](#)

• [واکسن‌ها در بریتیش کلمبیا](#)

دولت بریتیش کلمبیا

اطلاعات بیشتری درباره [واکسن آنفلوانزا](#) کسب کنید، از جمله اینکه چرا دریافت این واکسن مهم است. از نحوه دریافت واکسن آنفلوانزا و اینکه چه کسانی واجد شرایط دریافت آن هستند مطلع شوید.

ایمن‌سازی بریتیش کلمبیا (ImmunizeBC)

ImmunizeBC برای کاهش تعداد عفونت‌های ناشی از بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن در بریتیش کلمبیا فعالیت می‌کند. ImmunizeBC اطلاعاتی در مورد ایمن‌سازی را در اختیار افراد، خانواده‌ها و ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی قرار می‌دهد. همچنین این سازمان ابزارهای را در خدمت خانواده‌های بریتیش کلمبیا قرار می‌دهد تا راحت‌تر واکسینه شوند. برای کسب اطلاعات در مورد مکان و آدرس کلینیک‌های آنفلوانزا در سراسر استان یا برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد آنفلوانزا و واکسن آنفلوانزا، روی لینک‌های زیر کلیک کنید.

• [سوالات متداول درباره واکسن‌های آنفلوانزا](#)

• [واکسن آنفلوانزا \(فلو\)](#)

دولت کانادا

پاسخ به بسیاری از سوالات درباره [آنفلوانزا فصلی](#) از جمله علائم، خطرات، درمان و پیشگیری را بیابید.

اطلاعات مربوط به مطلب ویژه آنفلوانزا برگرفته شده است از مطالب: [بهداشت کانادا - کمیته ملی مشاوره ایمن‌سازی](#)، تاریخ آخرین دسترسی 5 سپتامبر 2023، [BCCDC: واکسن‌ها در بریتیش کلمبیا](#)، تاریخ آخرین دسترسی 5 سپتامبر 2023، و [ImmunizeBC- آنفلوانزا](#) تاریخ آخرین دسترسی 5 سپتامبر 2023.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره پرونده‌های HealthLinkBC به نشانی

www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files یا واحد محلی بهداشت عمومی خود مراجعه کنید. جهت کسب اطلاعات و مشاوره بهداشتی غیراضطراری در بریتیش کلمبیا از آدرس www.HealthLinkBC.ca بازدید کنید یا با شماره **8-1-1** (رایگان) تماس بگیرید. افراد ناشنوا و کم شنوا می‌توانند با شماره **7-1-1** تماس بگیرند. در صورت درخواست، خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان موجود است.