

## واکسن آنفلوانزا آنچه باید بدانید

### 1 چرا باید واکسینه شویم؟

آنفلوانزا یک بیماری است که هر سال زمستان. معمولاً بین ماه های اکتبر تا مه. در سراسر ایالات متحده شیوع می یابد.

آنفلوانزا به واسطه ویروس آنفلوانزا ایجاد می شود. و می تواند از طریق سرفه، عطسه و تماس نزدیک با افراد مبتلا، به دیگران سرایت کند.

هرکس می تواند به آنفلوانزا مبتلا شود. اما خطر ابتلا به آن در بین کودکان بیشتر است. علائم این بیماری ناگهان ظاهر می شوند و ممکن است تا چندین روز ادامه یابند. این علائم می تواند شامل موارد زیر باشد:

- تب/الرز
- گلودرد
- دردهای عضلانی
- خستگی مفرط
- سرفه
- سردرد
- آب ریزش یا گرفتگی بینی

شدت بیماری آنفلوانزا می تواند در برخی از افراد بسیار بیشتر از دیگران باشد. این افراد عبارتند از کودکان خردسال، افراد 65 سال به بالا، زنان باردار، و افرادی که دچار بیماری های خاص-مثل بیماری های قلبی، ریوی، کلیوی یا سیستم ایمنی ضعیف شده-هستند. واکسن آنفلوانزا برای این افراد و هرکسی که در تماس نزدیک با آنها باشد بسیار ضروری است.

آنفلوانزا می تواند به ذات الریه هم منجر شود و بیماری فعلی را بدتر کند. می تواند موجب اسهال یا حمله های مختلف در کودکان شود.

هر ساله در ایالات متحده، هزاران نفر بر اثر ابتلا به آنفلوانزا می میرند. و عده بسیار بیشتری بستری می شوند.

**واکسن آنفلوانزا** بهترین ایمنی در برابر آنفلوانزا و عوارض ناشی از آن است. همچنین، واکسن آنفلوانزا در پیشگیری از سرایت این بیماری از شخصی به شخص دیگر مؤثر است.

### 2 واکسن آنفلوانزا غیر فعال شده

دو نوع واکسن آنفلوانزا وجود دارد:

شما یک واکسن آنفلوانزای غیرفعال شده دریافت می کنید که حاوی ویروس آنفلوانزای زنده نیست. این واکسن از طریق سوزن تزریق می شود. و اغلب «آمپول آنفلوانزا» نامیده می شود.

یک واکسن زنده، زهرزدایی شده (ضعیف شده) آنفلوانزا به داخل سوراخ های بینی اسپری می شود. واکسن مذکور در یک بیانیه اطلاعات واکسن جداگانه شرح داده می شود.

(واکسن آنفلوانزا،  
غیر فعال شده)

2013-2014

بسیاری از بیانیه های اطلاعات واکسن به زبان اسپانیایی و سایر زبان ها موجود است. برای کسب اطلاعات بیشتر، به [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis) مراجعه کنید.

Hojas de información sobre vacunas están disponibles en español y en muchos otros idiomas. Visite [www.immunize.org/vis](http://www.immunize.org/vis)

واکسن آنفلوانزا هر سال توصیه می شود. کودکان 6 ماهه تا 8 ساله باید طی سال اول که واکسینه می شوند دو دوز از این واکسن را دریافت کنند.

ویروس های آنفلوانزا همواره تغییر می کنند. واکسن آنفلوانزای هر سال به گونه ای ساخته می شود که بتواند از بدن شما در برابر ویروس هایی که احتمال بیماری زایی آنها در آن سال بیشتر است محافظت کند. گرچه واکسن آنفلوانزا نمی تواند از همه موارد آنفلوانزا پیشگیری کند. بهترین دفاع ما در برابر این بیماری است. واکسن آنفلوانزای غیر فعال شده از بدن در برابر 3 یا 4 ویروس آنفلوانزای مختلف محافظت می کند.

حدود 2 هفته طول می کشد تا ایمنی ایجاد گردد و این ایمنی بین چندین ماه تا یک سال دوام دارد.

برخی از بیماری هایی که به واسطه ویروس آنفلوانزا ایجاد نمی شوند را اغلب با آنفلوانزا اشتباه می گیرند. واکسن آنفلوانزا از این گونه بیماری ها پیشگیری نمی کند. فقط می تواند از ابتلا به آنفلوانزا پیشگیری نماید.

یک واکسن آنفلوانزای «دوز بالا» برای افراد 65 سال به بالا موجود است. شخصی که واکسن را تجویز می کند می تواند در این باره اطلاعات بیشتری به شما بدهد.

برخی از واکسن های آنفلوانزای غیر فعال شده حاوی مقدار خیلی کمی مواد نگهدارنده جیوه ای به نام «تیمروسول» هستند. تحقیقات نشان داده که «تیمروسول» موجود در واکسن ها مضر نیست. اما واکسن های آنفلوانزایی هم وجود دارد که فاقد مواد نگهدارنده هستند.

### 3 برخی افراد نباید این واکسن را دریافت کنند

موارد زیر را به فردی که واکسن را برای شما تجویز می کند بگویید:

- چنانچه به آلرژی های شدید (خطرناک) مبتلا هستید. چنانچه بعد از دریافت یک دوز واکسن آنفلوانزا دچار واکنش آلرژیک خطرناکی شده باشید. یا اگر نسبت به هریک از بخش های این واکسن آلرژی شدیدی داشته باشید. شاید به شما توصیه شود که یک دوز از آن را دریافت نکنید. اکثر. اما نه همه. انواع واکسن آنفلوانزا حاوی مقدار کمی تخم مرغ است.
- اگر تا به حال سندروم «گیلان باره» داشته اید (گیلان باره نوعی بیماری فلج کننده است که به اختصار GBS هم نامیده می شود). برخی افرادی که سابقه GBS دارند نباید این واکسن را دریافت کنند. باید در این باره با پزشک خود صحبت کنید.
- اگر حالتان خوب نباشد. ممکن است پزشک شما پیشنهاد کند که مدتی صبر کنید تا حالتان بهتر شود. اما باید بعداً برای دریافت آن مراجعه کنید.



واکسن ها، مثل هر داروی دیگری، ممکن است توأم با اثرات جانبی باشند. اینها معمولاً خفیف هستند و به خودی خود برطرف می شوند.

اثرات جانبی شدید هم امکان پذیر ولی بسیار نادر هستند: واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده حاوی ویروس آنفلوآنزای زنده نیست، بنابراین امکان ندارد که شما بر اثر دریافت این واکسن دچار آنفلوآنزا شوید.

دوره های کوتاه مدت غش و علائم مربوط به آن (مانند حرکات ناگهانی) می تواند بعد از هر رویه پزشکی، از جمله واکسیناسیون روی دهد. نشستن یا دراز کشیدن به مدت 15 دقیقه بعد از واکسیناسیون می تواند از غش کردن و صدمات ناشی از افتادن جلوگیری کند. اگر بیمار احساس سرگیجه یا منگی می کند یا دچار اختلالات بینایی یا زنگ زدن گوش شده، باید به پزشک اطلاع دهد.

مشکلات خفیفی که بعد از دریافت واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده روی می دهد:

- درد، قرمزی، یا التهاب در محل تزریق واکسن
- زبری؛ درد، قرمزی یا خارش چشم، سرفه
- تب
- درد
- سردرد
- خارش
- خستگی مفرط

اگر این مشکلات روی دهند، معمولاً خیلی زود بعد از تزریق آغاز می شوند و 1 یا 2 روز ادامه پیدا می کنند.

مشکلات ملایمی که بعد از دریافت واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده روی می دهد:

- کودکان خردسالی که واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده و واکسن پنوموکوک (PCV13) را به طور همزمان دریافت می کنند ممکن است در معرض خطر فزاینده تشنج های ناشی از تب قرار گیرند. لطفاً، برای کسب اطلاعات بیشتر، از پزشک خود کمک بگیرید. چنانچه فرزندان که قرار است واکسن آنفلوآنزا دریافت کند سابقه تشنج دارد، به پزشک خود بگویید.

مشکلات شدیدی که بعد از دریافت واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده روی می دهد:

- یک واکنش آلرژیک شدید می تواند بعد از هر واکسنی روی دهد (تقریباً کمتر از 1 مورد در یک میلیون دوز).
- احتمال ضعیفی وجود دارد که واکسن آنفلوآنزای غیر فعال شده همراه با سندروم «گیلان باره» (GBS) باشد. حداکثر 1 یا 2 مورد در یک میلیون فرد واکسینه شده، این به مراتب کمتر از خطر عوارض شدید ناشی از آنفلوآنزا است که به راحتی می توان با واکسن آنفلوآنزا از آنها پیشگیری کرد.

ایمنی واکسن ها همواره تحت نظارت است. برای کسب اطلاعات بیشتر، از وب سایت ما به نشانی زیر دیدن کنید: [www.cdc.gov/vaccinesafety/](http://www.cdc.gov/vaccinesafety/)

باید در جستجوی چه علائمی باشیم؟

• در جستجوی هرگونه وضعیت غیر معمول و نگران کننده مانند علائم واکنش آلرژیک شدید، تب بالا یا تغییرات رفتاری باشید.

علائم واکنش آلرژیک شدید می تواند شامل کهیر، التهاب در ناحیه صورت و گلو، اشکال در تنفس، افزایش ضربان قلب، سرگیجه و ضعف باشد. اگر احتمالاً این علائم روی دهند، ظرف چند دقیقه تا چند ساعت بعد از واکسیناسیون است.

باید چکار کنیم؟

• اگر معتقد هستید این واکنش یک واکنش آلرژیک شدید یا یک مورد اورژانسی است که نمی توانید منتظر بمانید، با 1-1-9 تماس بگیرید یا فرد را به نزدیک ترین بیمارستان برسانید. در غیر این صورت، با پزشک خود تماس بگیرید.

• بعداً، باید واکنش ها به «سامانه گزارش واکنش شدید به واکسن» (VAERS) گزارش گردد. پزشک شما ممکن است این گزارش را ارائه دهد. یا می توانید خودتان این رویداد را از طریق وب سایت VAERS به نشانی [www.vaers.hhs.gov](http://www.vaers.hhs.gov) یا تماس با شماره تلفن 1-800-822-7967 گزارش کنید.

VAERS فقط مخصوص گزارش واکنش ها است. VERAS مشاوره پزشکی ارائه نمی دهد.

برنامه ملی جبران صدمات ناشی از واکسن (VICP) یک برنامه فدرال است که برای جبران صدمات ناشی از برخی واکسن ها ایجاد شده است.

افرادی که معتقد هستند به واسطه دریافت یک واکسن آسیب دیده اند، می توانند از طریق تماس با شماره تلفن 1-800-338-2382 یا مراجعه به وب سایت VICP به نشانی [www.hrsa.gov/vaccinecompensation](http://www.hrsa.gov/vaccinecompensation)، اطلاعات بیشتری درباره برنامه و نیز رویه تسلیم شکایت کسب کنند.

- از پزشک خود بپرسید.
- با اداره بهداشت محلی یا ایالتی خود تماس بگیرید.
- با مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری ها (CDC) تماس بگیرید: - با شماره 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO) تماس بگیرید یا - از وب سایت CDC به نشانی [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu) دیدن کنید.

