

معلومات عن الربو للمرضى وآباء المرضى

٢ أكتوبر ٢٠٠٩، مساءً بالتوقيت الشرقي

- أي شخص مصاب بالربو يكون على درجة عالية من خطورة الإصابة بالمضاعفات المرتبطة بالأنفلونزا، مثل الالتهاب الرئوي. إذا كنت مصاباً بالربو أو أي شخص آخر، يتعين عليك القيام بما يلي:
 - غسل يديك دائماً بالماء والصابون، خاصة بعد السعال أو العطس؛
 - تغطية الأنف والفم بمنديل ورقي عند السعال أو العطس والتخلص من المنديل بعيداً. إذا لم يكن معك منديل، فاعطس أو اسعل على مرفقك أو كتفك، وليس على يديك العاريتين؛
 - تجنب لمس العينين، أو الأنف، أو الفم (حيث تنتشر الجراثيم بهذه الطريقة)؛ و
 - المكوث في المنزل حينما تكون مريضاً، فيما عدا الخروج طلباً للرعاية الطبية.
- إذا كنت مصاباً بالربو، يتعين عليك اتباع خطة عمل محدثة مكتوبة خاصة بالربو، تم وضعها مع الطبيب. اتبع هذه الخطة للعلاج اليومي وللتحكم في أعراض الربو.
- إذا كان طفلك مصاباً بالربو، تأكد من وجود خطة العمل المحدثة المكتوبة عن الربو في ملف بالمدرسة أو في مركز الرعاية اليومية. واحرص على سهولة الوصول إلى الخطة والأدوية عند الحاجة.
- أي شخص مصاب بالربو يبلغ من العمر ٦ أشهر على الأقل أو أكبر يجب أن يحصل على حقنة من لقاح لوقاية نفسه من الأنفلونزا الموسمية. الأطفال الذين تتراوح أعمارهم من ٦ أشهر إلى ٨ سنوات والذين لم يحصلوا على حقنة من لقاح ضد الأنفلونزا الموسمية من قبل سوف يحتاجون إلى جرعتين في المرة الأولى. الأطفال الذين حصلوا على حقنة من لقاح ضد الأنفلونزا الموسمية فيما مضى يحتاجون فقط إلى حقنة واحدة من اللقاح. الأشخاص المصابون بالربو يتعين عليهم عدم استخدام لقاح "FluMist®" الذي يؤخذ عن طريق الاستنشاق.

- كل شخص مصاب بالربو ويترواح عمره من ٦ أشهر إلى ٦٤ عاماً يجب أن يحصل على حقنة من لقاح ضد فيروس الأنفلونزا H1N1 2009 عند توفره. ولقاح فيروس الأنفلونزا H1N1 2009 ليس نفس لقاح الأنفلونزا الموسمية. إمداد لقاح فيروس الأنفلونزا H1N1 ضعيف، حتى أن بعض الأشخاص لا يتمكنوا من الحصول على حقنة منه في الوقت الحالي.
- بعض الأدوية المضادة للفيروسات هي أدوية يصفها الطبيب وهي تقاوم فيروس الأنفلونزا من خلال إيقاف نموه في الجسم. حيث إنها تجعلك تشعر بتحسن في وقت أسرع وقد تمنع مشكلات الأنفلونزا الخطيرة. يوصى باستخدام عقار Tamiflu المضاد للفيروسات (والذي يطلق عليه أيضاً oseltamivir) لعلاج فيروس الأنفلونزا H1N1 ٢٠٠٩ وقد يوصف للأشخاص المصابين بالربو. يكون أداء علاج الأنفلونزا جيداً إذا بدأ العمل به في غضون يومين من الإصابة. وهذا يعني أن الأشخاص المصابين بالربو يتعين عليهم الرجوع إلى متخصصي الرعاية الطبية الآن والتخطيط لما يتعين عليهم القيام به إذا أصيبوا بمرض [يشبه الأنفلونزا](#).
- الأشخاص المصابون بأمراض الأنفلونزا قد يصابوا أيضاً بعدوى جرثومية. يتعين على هؤلاء الأشخاص تناول مضادات حيوية لمقاومة العدوى الجرثومية. من علامات العدوى الجرثومية شدة المرض أو طول المرض، أو المرض الذي يظهر على المريض التحسن ولكن يسوء حاله بدرجة كبيرة بعد ذلك.
- لا تعطى الأسبيرين (حمض أسيتيل ساليسيليك) للأطفال أو الصغار المصابين بالأنفلونزا. فقد يتسبب هذا في حدوث مرض نادر ولكنه خطير يسمى متلازمة راي.
- لمعرفة المزيد حول هذه التوصيات وللحصول على التحديثات، تفضل بزيارة <http://www.cdc.gov/h1n1flu/> على الويب، أو اتصل بمركز مكافحة الأمراض والوقاية منها CDC على 1-800-CDC-INFO.

- الروابط ذات الصلة: [الوقاية من أمراض المكورات الرئوية التي تنشأ كأعراض ثانوية للأنفلونزا الموسمية وأنفلونزا H1N1.٢٠٠٩.](#)