

H1N1

كل ماتريد أن تعرفه عن

انفلونزا H1N1



@NewMowasatHospital



New Mowasat Hospital



@NMOWASAT



مستشفى المواصفات الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

نرعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS



(965) 1 82 6666



New Mowasat Hospital



www.newmowasat.com

- فيروس (Influenza A) H1N1 تم اكتشافه لأول مرة في الولايات المتحدة
- في 11 يونيو 2009، أعلنت منظمة الصحة العالمية (WHO) رسمياً أن فيروس (Influenza A) H1N1 متفشي عالمياً
- كما هو متوقع، فإن فيروس (Influenza A) H1N1 ظهر ثانية خلال موسم الأنفلونزا الحالي (سبتمبر- مارس)
- تنتشر الأنفلونزا حالياً في جميع أنحاء العالم
- في أكتوبر تم توزيع التطعيمات الأولى H1N1 على المستشفيات القريبة من الولايات المتحدة



(إبرة الانفلونزا) هي أفضل طريقة لحماية نفسك
ضد انفلونزا (Influenza A) H1N1

INFLUENZA A H1N1

The 2009 outbreak of the pandemic flu is caused by a novel influenza A H1N1 virus that is not related to other seasonal influenza viruses and that hasn't been seen in humans before. The World Health Organization (WHO) is monitoring the situation closely and is providing advice on how to protect yourself and others.

INFLUENZA A VIRUS

The virus has a spherical shape and is covered by a lipid bilayer. It has a diameter of about 100 nanometers. The virus is made up of a protein shell (capsid) and a core of RNA segments. The virus is highly contagious and can spread easily from person to person.

HOW IT SPREADS

The virus spreads through the air when an infected person coughs or sneezes. It can also spread through contact with contaminated surfaces or objects.

SIGNS AND SYMPTOMS

Most people recover in 4-7 days. Symptoms include fever, cough, sore throat, runny nose, and muscle aches. Some people may experience more severe symptoms, such as pneumonia.

PREVENTION

Wash your hands frequently with soap and water. Avoid close contact with people who are sick. Cover your mouth and nose when you cough or sneeze. Get vaccinated against influenza.

Respiratory symptoms
High fever (up to 40°C)
Sore throat
Cough
Headache
Stomach and muscle aches
Loss of appetite
General weakness

ما هي انفلونزا H1N1 (Influenza A)؟

أنفلونزا H1N1 الجديدة وهي عن فيروس يسبب مرض للأشخاص ينتشر هذا الفيروس من شخص لشخص في جميع أنحاء العالم. بنفس الطريقة التي ينتشر فيروس الأنفلونزا الموسمية العادية

لماذا يطلق على فيروس H1N1 الجديد أحياناً باسم «سواين فلو»؟

تم الإشارة إلى هذا الفيروس بصورة أساسية على أنه «سواين فلو» حيث أظهرت الإختبارات المعملية أن هناك العديد من الجينات في هذا الفيروس الجديد كانت مماثلة بصورة كبيرة لفيروسات الأنفلونزا التي يصاب بها الخنازير في أمريكا الشمالية. ولكن أظهرت دراسة أخرى أن هذا الفيروس الجديد مختلف تماماً عن الفيروس المتداول بصورة طبيعية في الخنازير في أمريكا الشمالية. حيث يحتوي على جينات من فيروس الإنفلونزا التي تنتشر بصورة طبيعية في الخنازير في أوروبا وآسيا وأنفلونزا الطيور والجينات البشرية

هل فيروس H1N1 (Influenza A) معدي؟

لقد أكدت CDC أن فيروس H1N1 الجديد معدي وينتشر من شخص لشخص

ما هي العلامات وأعراض هذا الفيروس على الأشخاص؟

أعراض فيروس الإنفلونزا الجديدة H1N1 في الأشخاص تشبه أعراض الإنفلونزا الموسمية وبما يشمل:

- الحمى
 - السعال
 - التهاب الحلق
 - رشح الأنف والزكام
 - ألم في الجسم
 - الصداع
 - البرد والتعب
- تعرض عدد كبير من الأشخاص للعدوى بهذا الفيروس قد أبلغوا أيضاً عن إسهال وقتئ

من هم الأشخاص المعرضين للإصابة بفيروس الانفلونزا (Influenza H1N1)؟

- الأشخاص ممن تراوح أعمارهم 65 وأكبر
- الأطفال دون الخامسة
- النساء الحوامل، والأشخاص من أي عمر ممن يعانون من حالات مرضية محددة

كيف ينتشر فيروس H1N1؟

- يعتقد أن انتشار فيروس H1N1 يحدث بنفس الطريقة التي تنتشر بها الإنفلونزا الموسمية
- ينتشر فيروس الإنفلونزا بصورة أساسية من شخص إلى شخص من خلال السعال أو العطس من قبل الشخص الذي يعاني من الإنفلونزا
- قد يصبح الأشخاص أحياناً مصابون بالعدوى عند لمس شيء مصاب بفيروسات الإنفلونزا وبعد ذلك يلمسون الفم أو الأنف

ما هي المدة التي يمكن لشخص مصاب نشر هذا الفيروس لأشخاص آخرين؟

- لقد أظهرت الدراسات أنه قد يصاب الأشخاص بالعدوى قبل شعورهم بالأعراض حتى مدة سبعة أيام بعد شعورهم بالمرض

كيف يمكن تشخيص عدوى الإنسان على أنه إنفلونزا (Influenza H1N1)؟

- لتشخيص إنفلونزا سواين أ، يحتاج إلى أخذ مسحة من الحلق أو الأنف بواسطة الطبيب



ما الذي يمكننا القيام به لحماية أنفسنا من التعرض للإصابة بمرض انفلونزا H1N1؟

توصي CDC أن هناك تطبيق من ثلاثة خطوات لمقاومة الإنفلونزا:

- 1- تم إنتاج تطعيم ضد انفلونزا (Influenza H1N1) توصي CDC أنه يتعين على الأشخاص الحصول على تطعيم الإنفلونزا في البداية عندما قبل بدء الشتاء. والتي تمكن أن تساعد على الوقاية من انتشار الفيروسات التي تتسبب في مرض الجهاز التنفسي مثل الإنفلونزا
- 2- الحرص على تغطية الأنف والتم بالمنديل عند السعال والعطس (ثم قم بإلقاء المنديل في القمامة بعد استخدامه)
- 3- الحرص على نظافة اليدين وغسلها المتكرر باستخدام الماء والصابون أو الكحول خاصة بعد استخدام المناديل والعطس أو السعال في الأيدي
- 4- وتجنب لمس العينين، والأنف والضم. حيث تنتشر الجراثيم بهذه الطريقة

5- حاول تجنب التعامل عن قرب مع الأشخاص المرضى

توصي CDC بالبقاء في المنزل من العمل أو المدرسة وتجنب الإتصال بالآخرين للحماية من إصابتهم بالعدوى. تجنب الإزدحام والتواصل الإجتماعي والحفاظ على مسافة بينك وبين الآخرين كن مستعداً في حالة تعرضك للإصابة قد تحتاج إلى البقاء في المنزل عدة أيام، وغسل اليدين باستخدام المواد المعقمة بالكحول، المناديل، والأقنعة على الوجه

ما يجب القيام به في حالة الإصابة بالمرض؟

في حالة إصابتك بمرض الإنفلونزا - يتعين عليك البقاء في المنزل وتجنب الإتصال بالأشخاص الآخرين باستثناء ممن يقدمون الرعاية الصحية، معظم الأشخاص قادرين على الشفاء في المنزل من (Influenza H1N1) دون الحاجة للرعاية الطبية ونفس الشيء صحيح في الإنفلونزا الموسمية، على الرغم من ذلك، بعض الأشخاص يعانون من خطورة شديدة من المضاعفات التي تتعلق بالإصابة بالإنفلونزا الخطيرة

هؤلاء الأشخاص هم:

- ١- الأطفال دون سن الخامسة، وعلى وجه الخصوص الأطفال الأقل من عامين
- ٢- الأشخاص ممن تكون أعمارهم ٦٥ وما فوق
- ٣- النساء الحوامل
- ٤- الأشخاص ممن يعانون من:
 - الربو
 - الأمراض العصبية التي تشمل اضطرابات في الدماغ، والحبل الشوكي
 - أمراض الرئة المزمنة مثل مرض انسداد الرئة المزمن والتليف الكيسي (COPD)
 - أمراض القلب
 - أمراض الدم
 - أمراض الغدد الصماء
 - أمراض الكلى

العلامات التحذيرية للحالات الطارئة

في الأطفال:

- التنفس السريع أو التنفس بصعوبة
- احمرار الجلد
- عدم تناول سوائل بصورة كافية
- عدم التفاعل
- أن يكون شديد التوتر وهو ما لم يكن يعاني منه الطفل
- أعراضها مثل أعراض الإنفلونزا ولكن تكون مع الحمى وسعال أسوأ
- الحمى مع الرشح

في الكبار:

- صعوبة في التنفس
- ألم أو ضغط في الصدر أو البطن
- الشعور بالدوار فجأة
- الإرتباك
- القيء الشديد أو المستمر
- أعراضها مثل أعراض الإنفلونزا ولكن تكون مع الحمى وسعال أسوأ

خدمات مراقبة العدوى

داخلي: ١٨٢٦٦٦٦٦ - ١٣٣٥

لمزيد من المعلومات زوروا

www.cdc.gov/h1n1flu

or www.flu.gov

They are:

- Children younger than 5, but especially children younger than 2 years old.
- People 65 and older
- Pregnant Women
- People who have:
 - Asthma
 - Neurological and Neurodevelopmental Conditions including Disorders of the Brain, Spinal Cord, Muscular Dystrophy, or Spinal Cord Injury.
 - Chronic Lung Disease (such as Chronic Obstructive Pulmonary Disease [COPD] and Cystic Fibrosis).
 - Heart Disease
 - Blood Disorders (such as sickle cell Disease).
 - Endocrine Disorders (such as Diabetes Mellitus).
 - Kidney Disorders

Emergency Warning Signs

In Children:

- Fast breathing or trouble breathing
- Bluish skin color
- Not drinking enough fluids
- Not waking up or not interacting
- Being so irritable that the child does not want to be held
- Flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough
- Fever with a rash

In Adults:

- Difficulty in breathing or shortness of breath
- Pain or pressure in the chest or abdomen
- Sudden dizziness
- Confusion
- Severe or persistent vomiting
- Flu-like symptoms that improve but then return with fever and worse cough

INFECTION CONTROL SERVICES

EXT-1826666-1335

For more information visit

www.cdc.gov/h1n1flu

or www.flu.gov

What can I do to protect myself & others from H1N1 flu?

CDC recommends a three-step approach to fighting the flu:

- 1- A vaccine against H1N1 flu is being produced. To protect H1N1, CDC recommends that people should get the flu vaccine first when it becomes available.
- 2- Everyday actions can help prevent the spread of germs that cause respiratory illnesses like influenza:
 - Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze. (Throw the tissue in the trash after you use it.)
 - Wash your hands often with soap and water. If soap and water are not available, use an alcohol-based hand rub. Avoid touching your Eyes, Nose and Mouth. Germs spread this way.
 - Try to avoid close contact with sick people.
 - Stay home if you are sick.
- 3- CDC recommends that you stay home from work or school and limit contact with others to keep from infecting them. Follow public health advice regarding school closures, avoiding crowds and other social distancing measures. Be prepared in case you get sick and need to stay home for several days; a supply of over-the-counter medicines, alcohol-based hand rubs, tissues, facemasks and other related items might be useful and help avoid the need to make trips out in public while you are sick and contagious.

What should I do if I get sick?

If you become ill with influenza-like symptoms this flu season you should stay home and avoid contact with other people except to seek medical care. Most people have been able to recover at home from H1N1 without needing medical care and the same is true of seasonal flu. However, some people are at high risk of serious flu-related complications.

How does H1N1 virus spread?

- Spread of novel H1N1 virus is thought to be happening in the same way that seasonal flu spreads.
- Flu viruses are spread mainly from person to person through coughing or sneezing by people with influenza.
- Sometimes people may become infected by touching something with flu viruses on it and then touching their mouth or nose.

How long can an infected person spread this virus to others?

- At the current time, CDC believes that this virus has the same properties in terms of spread as seasonal flu viruses
- With seasonal flu, studies have shown that people may be contagious from one day before they develop symptoms to up to 7 days after they get sick

How can human infections with swine influenza be diagnosed?

To diagnose swine influenza A infection, a respiratory specimen and blood would generally need to be collected.



What is H1N1 Influenza?

Novel H1N1 flu (referred to as “swine flu” early on) is a new Influenza virus causing illness in people. This virus is spreading from person to person worldwide. Probably in much the same way that regular seasonal influenza virus spread.

Why is novel H1N1 virus sometimes called “swine flu”?

This virus was originally referred to as “swine flu” because laboratory testing showed that many of the genes in this new virus were very similar to influenza viruses that normally occur in pigs in North America. But further study has shown that this new virus is very different from what normally circulates in North American pigs. It has two genes from flu viruses that normally circulate in pigs in Europe and Asia and avian genes and human genes.

Is H1N1 virus contagious?

CDC has determined that novel H1N1 virus is contagious and is spreading from human to human.

What are the signs and symptoms of this virus in people?

The symptoms of novel H1N1 flu virus in people are similar to the symptoms of seasonal flu and include:

- Fever
- Cough
- Sore throat
- Runny or stuffy nose
- Body aches
- Headache
- Chills and fatigue

A significant number of people who have been infected with this virus also reported diarrhea and vomiting.

Who are at risk of acquiring H1N1 flu virus?

- People includes 65 years and older,
- Children younger than five years old,
- Pregnant women, and people of any age with certain chronic medical conditions.

- H1N1 virus (Swine Flu) was first detected in the US in April and continued to spread
- On June 11, 2009, the World Health Organization (WHO) officially declared the H1N1 virus a global pandemic
- As expected, the H1N1 virus has reemerged during the current flu season (September - March)
- Presently flu spread worldwide.
- In October, the first H1N1 vaccines were distributed to clinics across the US



A Flu Shot is the best way to protect yourself against H1N1 influenza (Flu)

INFLUENZA A H1N1

The 2009 outbreak of the pandemic flu is caused by a new influenza A H1N1 virus that is not related to other seasonal influenza viruses that have been known to humans before. The World Health Organization (WHO) declared the 2009 pandemic influenza A H1N1 virus a global pandemic on June 11, 2009.

INFLUENZA A H1N1 VIRUS

The 2009 pandemic influenza A H1N1 virus is a new influenza A virus. It is a single-stranded RNA virus. The virus is spherical in shape and has a diameter of approximately 100 nanometers. It has a surface covered with spikes called hemagglutinin and neuraminidase. The virus enters the body through the nose, mouth, or eyes. It then travels to the lungs, where it can cause illness. The virus is highly contagious and can spread easily between people.

HOW IS IT SPREAD?

The 2009 pandemic influenza A H1N1 virus is spread from person to person through respiratory droplets. These droplets are released when an infected person coughs, sneezes, or talks. They can also be spread through contact with contaminated surfaces.

SIGNS AND SYMPTOMS

Most people who get the 2009 pandemic influenza A H1N1 virus will have symptoms that are similar to those of the seasonal flu. These symptoms include fever, cough, sore throat, runny nose, and muscle aches. Some people may also experience diarrhea and vomiting.

PREVENTION

The best way to prevent the 2009 pandemic influenza A H1N1 virus is to get a flu shot. The flu shot is a vaccine that contains inactivated virus particles. It is safe and effective. Other ways to prevent the virus include avoiding contact with sick people, wearing a mask, and washing your hands frequently.

Respiratory
High fever (up to 102°F)
Cough
Sore throat
Runny nose and sneezing
Fatigue and muscle aches
Diarrhea and vomiting
Headache
Stomach pain

H1N1

What you need to know

H1N1 Influenza



@NewMowasatHospital



New Mowasat Hospital



@NMOWASAT



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

نرعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS



(965) 1 82 6666



New Mowasat Hospital



www.newmowasat.com