

# ՏԱՐԱԾՈՒՆ ԿՈՒՆ ԾԼՈՒՆ ՄԵԾԱՀԱՍԱԿՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ Ի՞նչեր հարկավոր էք Իմանալ

## **Ի՞նչ է Տարածուն H1N1 Ֆլուն (նախապես ծանոթ որպես Խոզային Ֆլու):**

Տարածուն H1N1 Ֆլուն շնչարության սիստեմն վարակող մի հիվանդություն է, որի պատճառն ֆլույի մի նոր վիրուս է, որ հետզհետե տարածվում է աշխարհի զանազան մասերում: Նա պատճառ է հանդիսացել բազմաթիվ մարդկանց հիվանդանոց փոխադրման եւ նույնիսկ մահվան ԱՄՆ-ի զանազան մասերում:

## **Տարածուն H1N1 Ֆլուն Սեզոնային Ֆլույի նման է:**

Ո՛չ: Ամեն տարի ֆլույի զանազան տիպեր կտարածվեն մեր համայնքների մեջ եւ պատճառ կհանդիսանան սեզոնային ֆլույին: Տարածուն H1N1 Ֆլույի պատճառն վիրուսի մի նոր տիպ է, որը ԱՄՆ-ում սկսեց տարածվել 2009-ի Գարնան: Պետք է ասել որ թե՛ սեզոնային ֆլուն եւ թե՛ Տարածուն H1N1 Ֆլուն կարող են վտանգավոր լինել:

## **Տարածուն H1N1 Ֆլուն Ինչպե՞ս է Տարածվում:**

Ֆլույի վիրուսներն ընդհանրապես անձից անձ եւ փոխանցվում հիվանդ անձի հազի կամ փռնչումի միջոցով սփռվող կաթիլներից: Ձեր զավակն կարող է նաեւ վարակվել ֆլույով մանրէներով լի մի հարդակի դպչելե ետք իր աչքերին, քթին, կամ բերանին դպչելիս: Ֆլույի վիրուսներն կարող են ապրել սեղանների, դռների բռնակների կամ ծորակների վրա:

## **Ի՞նչ են Տարածուն H1N1 Ֆլույի Ախտանշանները:**

Տարածուն H1N1 Ֆլույի ախտանշանների մեծ մասը նույնն է ինչ որ սեզոնային ֆլույինը: Սա ընդգրկում է ջերմ, չոր հազ, կոկորդի ցավ, լեցուն քիթ, մարմնային ցավեր, գլխացավ եւ հոգնածություն: Տարածուն H1N1 Ֆլուն կարող է նաեւ փորհարություն, փսխել եւ ավելի վտանգավոր բարդություններ առաջացնել որոշ անձերի համար, մանավանդ նրանք որ կրոնիկ հիվանդություններ ունեն, ինչպիսին են շնչարգելությունն (asthma), սրտի հիվանդությունը, շաքարախտը, թոքատապը եւ մարմնի տոկունության նվազումը:

## **Տարածուն H1N1 Ֆլուն որքա՞ն վտանգավոր կարող է լինել:**

Մարդկանց մեծ մասը այս ֆլույից պիտի բուժվեն առանց հատուկ բժշկման: Այսուհանդերձ, սեզոնային ֆլույին նման Տարածուն H1N1 Ֆլուն եւս բարդություններ եւ առողջական խնդիրներ կարող է առաջացնել: Հղի կանայք, մանուկներից մինչեւ 25 տարեկաններ, եւ շնչարգելություն (asthma), սրտի հիվանդություն, շաքարախտ, թոքատապ եւ երիկամների հիվանդություն ունեցողներն ավելի հակամետ են ֆլուն ստանալու եւ բարդություններ ունենալու:

## **Տարածուն H1N1 Ֆլուն Ծերերին Համար ավելի Վտանգավոր կարո՞ղ է Լինել:**

Հակառակ Սեզոնային Ֆլույին, 65 տարեկան եւ ավելի վեր անձերի մոտ տարածուն H1N1 ֆլույի պարագաներն ավելի ցածր են: Սա կարող է նշանակել որ նրանք անցյալին նման վիրուսի հանդիպել են ու նրանց մարմիններն հակամարմիններ ունեն վիրուսիին դեմ: Սակայն, եթե այս տարիքի մարդիկը Տարածուն H1N1 ֆլուն ստանան կամ նրանով վարակվեն, նրանք բարդություններ ունենալու ռիսքի մեջ են: Այս տարիքի անձիք եւս պիտի ամենօրյա քայլեր առնեն, ինչպիսին են ձեռներն լվանալը ու վարակված անձերի հեր շփումից խուսափելը: Նրանք նաեւ ի վերջո պիտի Տարածուն H1N1 ֆլույի պատվաստն ստանան:

## **Մեծահասակներն Ինչպե՞ս են Բուժվում Տարածուն H1N1 Ֆլույից:**

65 տարեկան ու ավելի տարիքավորներ կամ որեւէ անձ որ կրոնիկ հիվանդություն ունի ինչպիսին են շնչարգելություն (asthma), սրտի հիվանդություն, շաքարախտ, եւ մարմնի տոկունության նվազում, որոնք ֆլույանման ախտանշաններ են ցույց տալիս, անմիջապես բժիշկին պիտի դիմեն: Բժիշկն շատ հավանաբար նրանց հակա-վիրուսային դեղ կտա: Մրանք կարող են ձեռք հիվանդությունն մեղմացնել կամ նրան ժամանակն կարճացնել եւ ավելի վտանգավոր խանգարումներն արգիլել: Սեզոնային ֆլույին նման հեղուկներ խմելն ու հանգստանալն ու դպրոց չերթալը կարեւոր հանգամանքներ են: Կարող էք ասետամինոֆեն (acetaminophen, ինչպիսին են իպոպրոֆինն ibuprofen, Tylenol®, Motrin®, Advil®) կամ նապրոկսեն, (ինչպիսին է Ալիվը [Aleve®]): **\*15 տարեկան եւ վար երեխաներին Ասպիրին (acetylsalicylic acid) պիտի չտրվի:**



## Տարածուն H1N1 Ֆլու .- Մեծահասակների Համար

### Տարածուն H1N1 Ֆլույի և Սեզոնային Ֆլույի դեմ Պատվաստներ կա՞ն:

Այս տարի ֆլույի Պատվաստի **էրկու** տիպ կա: Մին Տարածուն H1N1 Ֆլույին դեմ է իսկ մյուսն սեզոնային ֆլույին դեմ:

### Տարիքավորներն Տարածուն H1N1 Ֆլույի Պատվաստ ստանալու՞ են:

Տարածուն H1N1 Ֆլույի պատվաստն դեռ եւս մատչելի չի տարիքավորներին, որով նրանք ֆլույից վարակվելու նվազ հավանականություն ունեն: սակայն, Պատվաստն մատչելի է նրանց որոնք.-

- 65 տարեկան եւ վե՛ն են եւ կրոնիկ հիվանդություն ունեն
- 6 ամսական մանուկների հետ են ապրում կան նրանց խնամում
- Շտապ օգնության անձնակազմերի անդամ են կամ բուժառայող

Երբ ուշ Աշնան ավելի պատվաստներ մատչելի լինեն, նրանք պիտի տրվեն տարիքավոր մարդկանց:

### Ի՞նչ է Սեզոնային Ֆլույի Պատվաստը: Ծերերն Այդ Ստանալու՞ են:

Սեզոնային ֆլույի պատվաստն ձեզ չի կարող պաշտպանել Տարածուն H1N1 Ֆլույի դեմ, սակայն նա ազդու է սեզոնային ֆլույից առաջացող բարդություններ չպատճառելու մեջ: Սեզոնային ֆլույի պատվաստն հանձնարարվում է 50 եւ 50 տարիքը անց անհատներին որոնք կրոնիկ հիվանդություններ ունեն եւ կարող են բարդություններ ունենալ սեզոնային ֆլույով վարակվելիս: Ձրի կամ ցածր գնով պատվաստի վայր գտնելու համար այցելե՛ք [www.publichealth.lacounty.gov/tp](http://www.publichealth.lacounty.gov/tp) կայքէջը կամ զանգահարե՛ք գավարի իրենֆորմացիոն կենտրոն՝ 2-1-1 համարով:

### Ուրիշ Ի՞նչ Կարող Եմ Անել Ընտանիքս Տարածուն H1N1 Ֆլույից Պաշտպանելու:

Պարզ եւ ամենօրյա քայլեր կարող են ձեզ ու ձեր ընտանիքն պաշտպանել ֆլույից:

- Հազալիս կամ փոնչալիս քիթն ու բերանը ծածկել թղթե թաշկինակով կամ հաքուստի մի կտորով:
- ձեռքերն հաճախ լվանալ ջրով ու օճառով կամ ալ հատուկ մաքրիչ «ձել» գործածելով (gel sanitizers):
- Փորձել ձեր աչերին, քթին ու բերանին չդուրս տանալ, որով մանրէներն այդպես են տարածվում
- Հիվանդ մարդկանց հետ շփում չունենալ: Եթե Տարածուն H1N1 ֆլույից վարակված մի անձի հետ շփման մեջ էք եղել, հարց տվե՛ք ձեր բուժառայողին եթե բուժման կարիքն ունեք, ֆլուն ստանալու ձեր շանսերն պակասեցնելու:
- Եթե հիվանդ էք, տանը մնացե՛ք առնվազն մինչեւ ձեր ջերմի ավարտից 24 ժամ:

**Պատվաստն ստացող ընտանիքի անդամներն վելի քիչ հավանականություն ունեն ֆլուն ստանալու եւ զայն ձեզ փոխանցելու:**

Քաջալերիր ընտանիքի անդամներին Տարածուն H1N1 ֆլույին դեմ պատվաստ ստանալու եթե նրանք.-  
Հղի են, ապրում են 6 ամսական կամ նվազ տարիքի երեխաների հետ կամ նրանց են խնամում, շտապ օգնության անձնակազմերի անդամ են կամ բուժառայող, 6 ամսականից 24 տարիքի միջև են, կամ ալ 65 տարեկանից վար են բայց կրոնիկ հիվանդություն ունեն:

### Հավելյալ Տեղեկության Համար.-

#### Հիվանդությունների Կանխարգիլման Կենտրոն (CDC)

(800) CDC-INFO կամ (800) 232-4636

[www.cdc.gov/h1n1flu/](http://www.cdc.gov/h1n1flu/)

#### Կալիֆորնիա Նահանգի Հանրային Առողջության

#### Դիպարտամենտ

(888) 865-0564

[www.cdph.ca.gov](http://www.cdph.ca.gov)

#### Լոս Անճելոս Գավառի Հանրային Առողջության Դիպարտամենտ

<http://publichealth.lacounty.gov/H1N1>

Առողջական Ծառայությունների համար

Զանգահարե՛ք.- 2-1-1 Համարին

Ելեքտրոնային Փոստ.- [Listserv@listserv.ph.lacounty.gov](mailto:Listserv@listserv.ph.lacounty.gov)

Եթե արձանագրվել էք ուզում «Subscribe DPHUPDATE first name last name» գրե՛ք փոստի «subject» ի վայրին ու

փոստին մեջ:

11/5/09