

## باورهای نادرست در مورد واکسن آنفلوانزا

**باور نادرست:** آنفلوانزا یک بیماری خطرناک محسوب نمی‌شود. بر خلاف این تصور باید گفت، آنفلوانزا یک بیماری جدی، شدیداً مسری و ناتوان کننده است، که به سرعت با علائمی نظیر تب بالای ۳۹ درجه سانتیگراد (۱۰۲ درجه فارنهایت) و درد عمومی بدن شروع می‌گردد و می‌تواند به بستری شدن در بیمارستان و حتی مرگ منجر گردد. سالانه حدود ۲۰۰۰۰۰ نفر در آمریکا بر اثر ابتلا به آنفلوانزا در بیمارستان بستری می‌گردند و همچنین ۴۹۰۰۰ نفر بر اثر ابتلا به این بیماری جان خود را از دست می‌دهند. پس باید آن را جدی گرفت.

**باور نادرست:** واکسن آنفلوانزا کارایی کافی ندارد، چون ما را نسبت به تمام سرماخوردگی‌ها مقاوم نمی‌نماید. باید بین آنفلوانزا و سرماخوردگی معمولی که یک بیماری خفیف در نظر گرفته می‌شود، تفاوت قائل شد. سرماخوردگی و آبریزش بینی به همراه سرفه و یا همراه با ناراحتی معده آنفلوانزا نیست و قرار نیست واکسن آنفلوانزا در مقابل سرماخوردگی از شما محافظت کند.

**باور نادرست:** بدن من دارای ایمنی مناسبی است، و چون تاکنون دچار آنفلوانزا نشده‌ام، پس نسبت به این عفونت مصنون هستم. اگرچه تقویت سیستم ایمنی، عامل مهمی در جلوگیری از ابتلا به آنفلوانزا می‌باشد، از نظر علمی بدن هیچکس در برابر آنفلوانزا مصنون نمی‌باشد. آمار بالای بستری و مرگ ناشی از آنفلوانزا نشان می‌دهد که دریافت واکسن و پیشگیری از بیماری، هم برای خود فرد مهم است و هم برای متوقف کردن چرخه بیماری و جلوگیری از سرایت به افراد دارای ضعف سیستم ایمنی (سالمندان و کودکان و بیماران با مشکل ایمنی) دارای اهمیت می‌باشد. از این رو دریافت واکسن آنفلوانزا به همه افراد در سنین بالای شش ماه توصیه می‌گردد.

**باور نادرست:** من سال گذشته به آنفلوانزا دچار شدم، پس بدن من دارای ایمنی طبیعی می‌باشد و نیاز به واکسن ندارد. واقعیت این است که گونه‌های مختلف ویروس آنفلوانزا هر سال تغییر می‌یابند و با جهش ژنی، آنتی ژن‌های سطحی خود را تغییر می‌دهند تا میزان نتوانند از پادتن‌های قبلی بر علیه آنها استفاده نمایند. در نتیجه پادتن‌های قبلی ساخته شده در بدن شما نمی‌توانند از شما در برابر انواع جدید این ویروس‌ها محافظت نمایند.

**باور نادرست:** دریافت واکسن آنفلوانزا، خود منجر به بروز آنفلوانزا می‌شود. این باور از لحاظ پژوهشی نادرست می‌باشد. در ساخت فرم تزریقی واکسن، از ویروس کشته شده استفاده می‌شود، که نمی‌تواند باعث آنفلوانزا گردد. واکسن آنفلوانزایی که به صورت اسپری داخل بینی استفاده می‌گردد (FluMist) و در ساخت آن از ویروس بسیار ضعیف شده استفاده می‌گردد، هم نمی‌تواند باعث ابتلا به بیماری گردد، چون ویروس موجود در آن دهها بار تضعیف شده است. در واقع علائمی نظیر درد ماهیچه‌ها و خستگی که برخی افراد پس از دریافت واکسن گزارش می‌کنند، شبیه آنفلوانزا می‌باشد و نباید با آنفلوانزا اشتباه گرفته شود. آنفلوانزای واقعی مدت بیشتری طول می‌کشد و علائم بسیار شدیدتری دارد.

**باور نادرست:** دریافت واکسن آنفلوانزا می‌تواند شناس ابتلا به بیماری اوتیسم (Autism) را در کودکان بالا ببرد. تئوری مطرح شده در بین مردم این است که وجود ماده جیوه که به عنوان ماده نگهدارنده در واکسن‌ها به کار می‌رود، می‌تواند شناس ابتلا به اوتیسم را افزایش دهد. تحقیقات گسترده انجام گرفته در این زمینه نشان داده است که هیچ ارتباطی بین بیماری اوتیسم و دریافت واکسن‌های حاوی جیوه وجود ندارد. با این حال برای والدینی که کمکان نگران این موضوع هستند، واکسن‌های فاقد جیوه برای هر دو گروه سنی کودکان و بزرگسالان وجود دارد.

**باور نادرست:** افرادی که به تخم مرغ حساسیت دارند، نباید واکسن آنفلوانزا دریافت نمایند.

این یک توصیه قدیمی است که امروزه کاربردی ندارد. کالج آلرژی و آسم آمریکا به تازگی اعلام نموده است که واکسن آنفلوانزا حاوی مقادیر بسیار ناچیز از پروتئین تخم مرغ می باشد و بنابر این حتی افرادی که به تخم مرغ حساسیت دارند هم می توانند آن را دریافت نمایند. تنها استثنای در این رابطه، افرادی هستند که دارای آلرژی شدید به تخم مرغ بوده و با خوردن تخم مرغ راه تنفسی آنها مسدود می گردد. تنها این افراد نباید از این واکسن استفاده نمایند.

**باور نادرست :** دریافت واکسن آنفلوانزا باعث تضعیف سیستم ایمنی می گردد. این باور کاملاً نادرست است. تمامی واکسن‌ها به نوعی سیستم ایمنی را برای مقابله با بیماری واقعی آموزش می‌دهند و آماده می‌سازند. پس باعث تقویت سیستم ایمنی می‌گردند.

در خاتمه باید اشاره کرد که واکسن آنفلوانزا در واقع بسیار کم عارضه است و در بیشتر موارد، هیچ عارضه‌ای جز تورم و سرخی در محل تزریق ایجاد نمی‌کند. اگرچه تأثیر این واکسن صد درصد نیست؛ اما درصد موفقیت بالایی دارد. واکسن‌های معمولی برای افراد زیر ۶۵ سال مناسب هستند و افراد بالای ۶۵ سال بهتر است واکسن قویتر را که به Fluzone معروف است، استفاده نمایند. همچنانی اگرچه بهترین زمان دریافت واکسن بین ماه‌های سپتامبر، اکتبر و نوامبر است، در سایر ماه‌های سرد سال نیز میتوان این واکسن را دریافت نمود. برای افرادی هم که از سوزن وحشت دارند، واکسن‌های بدون سوزن ساخته شده‌اند که البته فقط برای سنین ۱۸ تا ۶۴ سال موجود می‌باشند.