

مهمترین تفاوت سرماخوردگی و آنفولانزا



با فرا رسیدن فصول سرد سال احتمال مبتلا شدن به سرماخوردگی و آنفولانزا و شیوع آن به ویژه در کودکان و سالمندان تبدیل به یکی از مهم ترین دغدغه های خانواده ها می شود، اما علائم و راه های **درمان سرماخوردگی و آنفولانزا** تفاوت هایی دارند.

هم **سرماخوردگی** و هم آنفولانزا تقریباً با ضعیف شدن بدن در برابر سرما بروز می کنند اما **علائم آنفولانزا** شدت بیشتری دارد و سرماخوردگی نسبت به آنفولانزا یک بیماری تنفسی ملایم تر محسوب می شود.

سرماخوردگی بیمار مبتلا را برای چند روز دچار حال ناخوشایند و بیماری می کند در حالی که آنفولانزا ممکن است فرد را هفته ها در رختخواب نگه دارد. علاوه بر این ممکن است در برخی موارد آنفولانزا به مشکلات جدی همچون ذات الریه منتهی شده و فرد را در بیمارستان بستری کند.

• **بیشتر بخوانید:**

راه های پیشگیری از ابتلا به آنفولانزا:

علائم بیماری ها؛ مهم ترین تفاوت سرماخوردگی و آنفولانزا:

آنفولانزا ، اغلب با علائمی چون تب و گاه تب‌های بالای ۴۰ درجه، سردرد، دردهای عضلانی، ضعف‌های شدید همراه با سرفه، درد سینه، درد مفاصل، بی‌اشتهایی و کسالت عارض می‌شود.

برخلاف آنفولانزا در **سرماخوردگی** دردهای شدید عضلانی و تب‌های بالا همچنین سردردهای شدید و سرفه و کوفتگی عضلات برخلاف آنفولانزا بسیار کمتر دیده می‌شود.

در صورت بروز کوچکترین علائم هر یک از بیماری‌ها، بهتر است تفاوت‌های بین سرماخوردگی و آنفولانزا را شناخته و با توجه به علائم آن‌ها از بیماری خودآگاهی کامل داشته باشید و بتوانید از شدت آن‌ها جلوگیری کنید.

علائم سرماخوردگی:

سرماخوردگی معمولا با یک گلودرد شروع شده که پس از یکی دو روز از بین می‌رود. نشانه‌های بعدی سرماخوردگی از جمله آبریزش و گرفتگی بینی همراه با سرفه پس از آن ظاهر می‌شوند و برای ۴ یا ۵ روز ادامه دارند. حتی ممکن است فرد بیمار تب کند که البته در بزرگسالان کمتر دیده شده است و کودکان بیشتر در معرض خطر تب قرار دارند.

پس از آبریزش بینی، ترشحات سبز رنگ و غلیظی از بینی ترشح می‌شود که کم‌کم به ترشحات مخاطی ختم می‌شود. پس از آن وضعیت بیمار رو بهبودی می‌رود.

علائم آنفولانزا:

معمولا نشانه‌های آنفولانزا از سرماخوردگی شدیدتر است. این علائم عبارت‌اند از: گلودرد، تب، سردرد، درد عضلانی، گرفتگی گلو و سرفه

بیشتر علائم آنفولانزا طی ۲ تا ۵ روز بهبود پیدا می‌کنند. اما معمولا بیش از یک هفته بیمار احساس خستگی و ضعف دارد.

در افراد مبتلا به آنفولانزا عارضه ذات‌الریه بسیار رایج است و این بیماری را بیشتر می‌توان در جوانان، سالمندان و افراد مبتلا به مشکلات ریه و قلب مشاهده کرد.

در جدول زیر به‌طور مجزا می‌توانید ویژگی‌های هر دو بیماری را مشاهده و با مقایسه آن‌ها به مهم‌ترین تفاوت‌های سرماخوردگی و آنفولانزا پی ببرید.

نشانه ها	سرماخوردگی	آنفلوآنزا
تب	برخی اوقات	معمولا به صورت زیاد
سر درد	به ندرت	شایع
درد بدن	کم	معمولا به صورت شدید
خستگی و ضعف	برخی اوقات	معمولا بین دو تا 3 هفته ادامه دارد
خستگی شدید	هیچگاه	معمولا از آغاز بیماری وجود دارد
گرفتگی بینی	شایع	گاهی اوقات
عطسه	معمول	گاهی اوقات
گلودرد	شایع	گاهی اوقات
سرفه و گرفتگی سینه	سرفه خشک و ملایم	معمولا وجود دارد و شدید می شود

با آرزوی سلامتی

مجتمع آموزشی رضوان تهران