



معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تبریز

ویروس متاپنوموویروس انسانی HMPV ویروس



ویروس HMPV ویروس متاپنوموویروس انسانی یک ویروس شبیه به سرماخوردگی است که باعث عفونت‌های خفیف تا متوسط در دستگاه تنفسی می‌شود. این ویروس بیشتر در کودکان، افراد مسن و کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند می‌تواند باعث علائم شدیدتر شود، اما برای اکثر افراد، علائم آن شبیه به یک سرماخوردگی معمولی است و با استراحت و مراقبت‌های ساده بهبود می‌یابد.

۱- علائم بیماری: علائم شایع ویروس HMPV شامل سرفه، تب، گرفتگی بینی و تنگی نفس است. در صورت تشدید علائم، ممکن است به برونشیت یا پنومونی منجر شود.

۲- راه‌های انتقال: ویروس HMPV از طریق ترشحات ناشی از سرفه و عطسه، تماس نزدیک با افراد بیمار و لمس سطوح آلوده منتقل می‌شود.

۳- پیشگیری:

- دست‌های خود را به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشویید.
- از تماس دست‌های آلوده با چشم، بینی و دهان خودداری کنید.
- از تماس نزدیک با افراد بیمار اجتناب کنید.
- در صورت بیماری، در خانه بمانید و از دیگران فاصله بگیرید.

۴- تهویه هوا: در محیط‌های بسته، تهویه هوا را به خوبی برقرار کنید تا از انتشار ویروس جلوگیری شود.

۵- استفاده از ماسک: در صورت داشتن علائم تنفسی، از ماسک استفاده کنید و هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را بپوشانید.

۶- تمیز کردن سطوح: سطوحی مانند دستگیره‌های در، میزها و وسایل مشترک را به طور مرتب ضدعفونی کنید.

۷- درمان: هیچ درمان اختصاصی برای ویروس HMPV وجود ندارد، اما مراقبت‌های حمایتی مانند استراحت و نوشیدن مایعات می‌تواند به بهبود علائم کمک کند.

۸- گروه‌های پرخطر: کودکان، افراد مسن و افراد با سیستم ایمنی ضعیف بیشتر در معرض خطر ابتلا به عوارض شدید این ویروس هستند.

۹- واکسیناسیون: در حال حاضر هیچ واکسنی برای پیشگیری از ویروس HMPV وجود ندارد، بنابراین رعایت اصول بهداشتی بهترین راه پیشگیری است.

۱۰- هوشیار باشید: در صورت مشاهده علائم شدید مانند تنگی نفس یا تب بالا، به پزشک مراجعه کنید.

۱۱- بیاد داشته باشید: بیماری ناشی از HMPV بیماری جدید ویروسی نیست و در تمام نقاط دنیا از قبل وجود داشته و اغلب مردم ایمنی نسبی به آن دارند.