

الإنفلونزا الموسمية: موجز وقائي نكون قد دخلنا في ذروة موسم انتشار الإنفلونزا الموسمية. هذا المرض ليس مجرد نزلة برد عادية، بل هو عدوى فيروسية حادة تصيب الجهاز التنفسي، وتتميز بأعراضها المفاجئة والأكثر شدة. تنتقل الإنفلونزا بسهولة عن طريق الرذاذ التنفسي الناتج عن السعال أو العطس من شخص مصاب. تظهر أعراض الإنفلونزا بشكل مفاجئ، وإرهاق عام قوي. قد يرافق ذلك سعال جاف والتهاب في الحلق. خاصةً لدى الفئات الأكثر عرضة للخطر. للوقاية والحد من انتشار المرض خلال ما تبقى من هذا الموسم، يجب علينا جميعاً اتباع إرشادات بسيطة لكنها فعالة. احرص على غسل يديك بالماء والصابون بانتظام، والأهم هو تجنب المخالطة والالتزام بالبقاء في المنزل إذا شعرت بأي أعراض، لحماية مجتمعك والمساهمة في عبور هذا الموسم بسلام.