

بقدوم الشتاء..كيف يمكن التفريق بين نزلة البرد والإنفلونزا؟

الثلاثاء 22 نوفمبر 2016 07:11 م

لا يرى أغلب الناس فرقاً واضحاً بين الإنفلونزا وبين نزلة برد عابرة بالرغم من أن الأمر يتعلق بمرضين مختلفين، ينشط أولهما عادة في فصل الشتاء ليكون بذلك سبباً مباشراً لإصابة أكيدة وواضحة بفيروس الإنفلونزا، وفي نفس هذا الفصل أيضاً، تتكاثر أعداد المصابين بنزلات برد قوية أو عابرة.

أعراض الإنفلونزا

أما الإنفلونزا فشيء آخر تماماً، فهي تدهم المريض بشكل مفاجئ، وتسقطه طريح الفراش بسرعة خارقة، ومن أهم أعراضها حمى شديدة، تتجاوز حرارة المريض فيها 39 درجة، يرافقها صداع وآلام في كامل الجسد والمفاصل بوجه خاص، وقد ترافقها حالات غثيان مصحوبة بنوبات قيء، فيفقد المصاب شهيته للطعام، وينتابه ضعف ووهن لدرجة أن ساقيه قد لا تقويان على حمله، بحسب موقع «24 الإماراتي».

نزلة البرد

أما البرد كإصابة يزحف تدريجياً ببطء، فيشعر المصاب بحكة في البلعوم، وتلازمه برودة وقد تتبعها حمى، ثم تصاب القصبات بالتهاب، فيتبعها سعال جاف. ولا يوجد دواء بوسع التصدي إلى هذه الأعراض الشائعة، بل هناك مسكنات ومهدئات أغلبها مستخلصة من مواد منزلية ومنها: أبخرة استنشاق تجفف رشح الأنف، عصائر تهدئ السعال. والمثل الألماني القديم يقول: «بوجود الطبيب تستغرق نزلة البرد سبعة أيام، وبدون طبيب تستغرق أسبوعاً».

علاجات منزلية

العلاج المناسب هنا هو ملازمة السرير، والحرص على الراحة التامة، وتجنب العمل والإجهاد، وبوسع المصاب تناول المهدئات المنزلية السالفة الذكر في علاج نزلة البرد، والإكثار من تناول السوائل الساخنة. ولعلاج الحرقة في البلعوم وجفاف القصبات ينصح بتناول الشاي الأسود الساخن مخلوطاً بملعقة عسل وقليل من عصير الليمون الحامض.

وفي المناطق التي ينمو فيها الليمون الحلو (نوع صغير من فصيلة الكريب فروت)، ينصح بالإكثار منه، فله أثر فعال أكيد في القضاء على فاعلية الفيروس وتسريع الشفاء وخفض الحرارة.

وعلى كل الأحوال، فحين يكون المصاب كبير السن أو يعاني من ضعف جهاز المناعة، فينصح بمراجعة طبيب لأن الإنفلونزا قد تقود بسهولة إلى الإصابة بمرض ذات الرئة، القاتل.