



# متا پنتومو ویروس انسانی (HMPV) چیست؟

## چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر، به خصوص در نوزادان، سالمندان و افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف، باید به پزشک مراجعه کنید.

- تغییر رنگ پوست
- تب بالا
- تنگی نفس شدید
- کاهش سطح هوشیاری
- عدم تمایل به خوردن یا نوشیدن

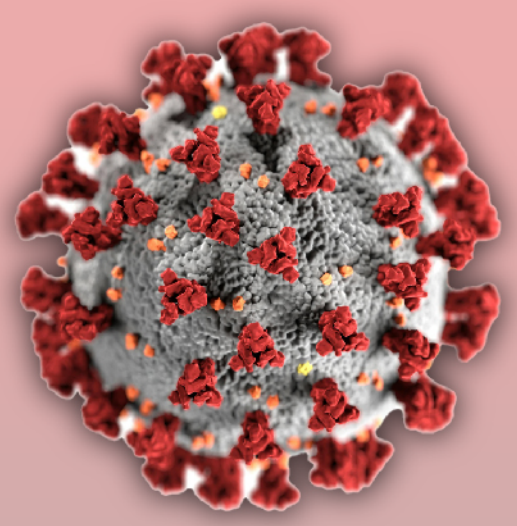
### تهیه و تنظیم:

کمیته آموزش قدراسیون پزشکی ورزشی

## مقدمه

متا پنتومو ویروس انسانی، اغلب باعث عفونت‌های دستگاه تنفسی می‌شود. این ویروس می‌تواند علائمی شبیه به سرماخوردگی ایجاد کند، اما در برخی موارد، به ویژه در نوزادان، سالمندان و افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف، می‌تواند منجر به مشکلات جدی‌تر شود.

### اکثر بیماران، سن زیره سال داشته اند



## درمان

### درمان عموماً علامتی است، شامل:

- استراحت کفافی
- مصرف مایعات فراوان
- استفاده از داروهای برای کاهش تب و تسکین درد (مانند استامینوفن)
- استفاده از داروهای ضدسرفه و خلط آور در صورت وجود سرفه
- در موارد شدید، ممکن است نیاز به بستری شدن در بیمارستان و دریافت اکسیژن و جبران مایعات از دست رفته باشد



## پیشگیری از ابتلا

- پرهیز از تماس نزدیک با افراد بیمار
- پوشاندن دهان و بینی با ماسک‌های پزشکی
- شستن مرتب دست‌ها با آب و صابون به مدت حداقل ۲۰ ثانیه به ویژه قبل از خوردن غذا، پس از استفاده از دستشویی و پس از تماس با افراد بیمار.
- ضدعفونی کردن سطوحی که به طور مرتب لمس می‌شوند

## علائم

- سرفه
- تب
- گلودرد
- آبریزش یا گرفتگی بینی
- خس خس سینه
- تنگی نفس (در موارد شدید)

## راه‌های انتقال

- قطرات تنفسی**  
هنگام سرفه یا عطسه افراد مبتلا، ویروس از طریق قطرات ریز به هوا منتشر می‌شود و افراد دیگری که این هوا را تنفس کنند، ممکن است به ویروس آلوده شوند.
- تماس مستقیم**  
تماس با ترشحات بینی یا دهان افراد مبتلا، مانند دست دادن یا استفاده مشترک از لیوان و ظروف غذا.
- سطوح آلوده**  
ویروس می‌تواند برای مدتی روی سطوح مختلف زنده بماند. لمس این سطوح و سپس لمس دهان، بینی یا چشم‌ها می‌تواند باعث عفونت شود.

### چه کسانی در معرض خطر بیشتری هستند

- نوزادان، به ویژه نوزادان نارس
- کودکان خردسال
- سالمندان
- افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف
- افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن ریوی
- مانند آسم یا بیماری‌های انسدادی ریه