

تفاوت های بین سرماخوردگی، آنفولانزای فصلی و H₁N₁ مسری

علائم	سرماخوردگی	آنفولانزای فصلی	H ₁ N ₁
تب	تب در سرماخوردگی کم پیش می آید	آنفولانزای فصلی با تب همراه است	تب معمولاً در CH ₁ N ₁ ، ۸۰٪ موارد آنفولانزا وجود دارد. با دمای 101 ^o
سرفه کردن	سرفه کوتاه، زیاد (همراه با خلط) اغلب در سرماخوردگی وجود دارد	سرفه خشک و کوتاه اغلب در آنفولانزای فصلی وجود دارد.	سرفه بدون خلط معمولاً در H ₁ N ₁ وجود دارد. (که بعضی مواقع به آن سرفه خشک نیز می گویند)
درد	دردهای خفیف بدن می تواند بخشی از یک سرما خوردگی باشد	آنفولانزای فصلی معمولاً با دردهای متوسط بدن همراه است	H ₁ N ₁ با دردهای شدید بدن همراه است
گرفتن بینی	گرفتگی بینی معمولاً در سرماخوردگی وجود دارد و بصورت خود به خود در عرض یک هفته از بین می رود	آب ریزش بینی اغلب در آنفولانزای فصلی وجود دارد.	گرفتگی بینی بطور معمول در H ₁ N ₁ وجود ندارد
لرز	لرز در سرماخوردگی وجود ندارد	لرز بطور متوسط در آنفولانزای فصلی وجود دارد	۶۰٪ افراد در H ₁ N ₁ لرز را تجربه می کنند
خستگی	خستگی بطور متوسط در سرماخوردگی وجود دارد	خستگی بطور متوسط در آنفولانزای فصلی وجود دارد و اغلب بصورت فقدان انرژی مشاهده می شود	خستگی بطور متوسط تا شدید در H ₁ N ₁ وجود دارد
عطسه کردن	عطسه کردن اغلب در سرماخوردگی وجود دارد	عطسه کردن اغلب در آنفولانزای فصلی وجود دارد	عطسه کردن در H ₁ N ₁ معمولاً وجود ندارد
علائم پیش بینی نشده	علائم سرماخوردگی در طی چند روز پیشرفت می کنند	علائم در آنفولانزای فصلی در چند روز خودشان را نشان می دهند و شامل سرخی صورت، کاهش اشتها، سرگیجه و یا حالت تهوع هستند. این علائم بسته به فرد معمولاً بین ۴ تا ۷ روز وجود دارند. اسهال نیز معمولاً بوجود می آید	در H ₁ N ₁ علائم بین ۳ تا ۶ ساعت خودشان را نشان می دهند. H ₁ N ₁ علائم شدیدی دارد و با تب ناگهانی بالا و درد همراه است، علائم معمولاً بسته به فرد بین ۴ تا ۷ روز باقی می ماند. اسهال نیز معمولاً به وجود می آید.
سر درد	سر درد معمولاً در سرماخوردگی به وجود نمی آید	سر درد معمولاً در آنفولانزای فصلی وجود دارد	سر درد در H ₁ N ₁ بسیار متداول است و در ۸۰٪ موارد وجود دارد
گلو درد	گلو درد اغلب در سرماخوردگی وجود دارد	گلو درد اغلب در آنفولانزای فصلی وجود دارد	گلو درد در H ₁ N ₁ اغلب وجود ندارد
ناراحتی قفسه سینه	ناراحتی قفسه سینه بطور متوسط در سرماخوردگی وجود دارد	ناراحتی قفسه سینه در آنفولانزای فصلی بطور متوسط وجود دارد. اگر به دردهای شدید مبتلا شود باید فوراً به پزشک مراجعه شود	ناراحتی قفسه سینه اغلب در H ₁ N ₁ شدید است
موارد پیشگیری:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ به داخل آرنج خود عطسه و سرفه نمایند ✓ دستان خود را با صابون و آب گرم به مدت حداقل ۱۵ تا ۲۰ ثانیه بشویید 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ زمانیکه به آب و صابون دسترسی ندارید از دستمالهای بهداشتی مرطوب استفاده نمایید ✓ از مالیدن چشم ها، بینی یا دهان تا قبل از اینکه دستان خود را نشسته اید یا از دستمال بهداشتی مرطوب استفاده نکرده اید خودداری نمایید. 	