

SUSȚINE PREVENȚIA!

Invită pe cei apropiați și prietenii să urmeze aceste comportamente simple. Dacă ai copii, fii întotdeauna un bun exemplu. Învață-i să numere până la 20 când se spală pe mâini și arată-le cum să-și acopere gura și nasul în caz de tuse sau strănut.

GRIPA A H1N1

Prevenția este în mâinile tale

Pentru informații în ceea ce privește gripa A H1N1, comportamentele de adoptat în caz de îmbolnăvire și pentru prevenirea răspândirii virusului sau cu privire la vaccinările gratuite (împotriva gripei A H1N1 și împotriva gripei de sezon):

**Numărul verde gratuit
al Serviciului sanitar al regiunii
Emilia-Romagna**

NumărVerde
800 033033

*În fiecare zi lucrătoare între 8.30 și 17.30
sâmbăta între 8.30 și 13.30*

Dacă este nevoie, operatorii vă pot pune în contact cu Departamentul de sănătate publică al Direcției Sanitare USL de care aparțineți.

**Site-ul internet al
Serviciului Sanitar al regiunii
Emilia-Romagna**

www.saluter.it

Reimprimión Octubre de 2009



Informații utile pentru a vă proteja și pentru a împiedica răspândirea rusului

CE ESTE GRIPA A H1N1?

Este o infecție virală acută a aparatului respirator. Este cauzată de un nou virus gripal A H1N1 care a demonstrat o capacitate de a se răspândi foarte rapid în toată lumea. Este caracterizată de manifestări clinice ușoare. Ca și gripa de sezon, poate cauza complicații și o înrăutățire a patologiilor cronice preexistente.

CUM SE TRANSMITE?

Ca și gripa de sezon, transmiterea de la o persoană la alta se poate realiza pe cale aeriană prin picăturile de salivă provocate de strănut sau accesele de tuse ale persoanelor infectate, prin contact cu material infectat (de exemplu servetele din hârtie folosite), prin atingerea cu mâna a suprafețelor contaminate cu secreții respiratorii și prin contact direct cu persoanele bolnave (sărut, îmbrățișare ...).

Cum procedăm pentru a ne proteja pe noi și pe cei din jur

Este posibilă diminuarea riscului de infectare adoptând o serie de comportamente simple.



SPĂLAȚI-VĂ PE MĂINI

Cu grijă și de mai multe ori pe zi, întotdeauna cu apă și săpun. În special după ce ați tușit, strănutat, suflat nasul.



CÂND TUȘIȚI SAU STRĂNUTAȚI, FOLOSIȚI UN ȘERVEȚEL DE HÂRTIE

Când tușiți sau strănutați, țineți șervețelul de hârtie în fața nasului și a gurii.



ARUNCAȚI ȘERVEȚELUL DE HÂRTIE

După utilizare aruncați întotdeauna șervețelul de hârtie în coșul de gunoi și spălați cu grijă mâinile cu apă și săpun.



PROCURAȚI-VĂ O MICĂ REZERVĂ DE MĂȘTI IGIENICE

Trebuie folosite în caz de îmbolnăvire sau la îngrijirea unei persoane bolnave. Măștile igienice sunt disponibile în comerț.



PĂSTRAȚI SUPRAFEȚELE CURATE

Mănerile, întrerupătoarele, telefoanele, tastaturile, mesele și alte suprafețe comune pot fi contaminate cu diferite tipuri de bacterii și viruși. Curățați și dezinfecțați frecvent aceste suprafețe.



GRIPA A H1N1

Prevenția este în mâinile tale



Care sunt simptomele

Simptomele gripei sunt febra bruscă, de obicei peste 38 de grade, și manifestări respiratorii (tuse, durere de gât, răceală) asociate cu cel puțin unul din simptomele următoare: frisoane, dureri musculare, dureri articulare și, mai ales în cazul copiilor, dureri de burtă, diaree și vomă.

Indicații de urmat în cazul acestor simptome

RĂMÂNEȚI ÎN CASĂ

Gripa A H1N1 se manifestă în marea majoritatea cazurilor prin simptome de slabă intensitate. Se recomandă să rămâneți în casă, odihnă, limitarea contactelor cu alte persoane pentru a evita răspândirea bolii. Dacă se impune contactul, purtați masca igienică. Chiar și accesul în structurile sanitare (camera de urgență, cabinete medicale), dacă nu este indispensabil, poate favoriza răspândirea bolii.

CONSULTAȚI PEDIATRUL SAU MEDICUL DE FAMILIE

Dacă simptomele de gripă persistă timp de câteva zile și mai ales dacă febra rămâne ridicată sau dacă apar simptome respiratorii mai importante, se recomandă contactarea telefonică a medicului de familie. În cazul copiilor mai mici sau a persoanelor cu patologii grave preexistente infecției gripale este necesară consultarea imediată a medicului pediatru și a medicului de familie. Serviciul sanitar regional, în perioada de vârf a gripei (perioada în care gripa atinge punctul maxim ca răspândire), a prevăzut suplimentarea serviciilor de gardă medicală astfel încât să permită medicilor și pediatrilor să răspundă mai ușor necesităților persoanelor pe care le asistă.

VACCINAREA ÎMPOTRIVA GRIPEI A H1N1

O măsură fundamentală pentru protejarea împotriva gripei și pentru împiedicarea răspândirii virusului este vaccinarea. De aceea, în acest an, la obișnuita vaccinare împotriva gripei de sezon se adaugă vaccinarea împotriva gripei cauzate de virusul A H1N1. Pentru a afla care sunt grupele de persoane pentru care sunt propuse vaccinări gratuite (împotriva gripei de sezon și împotriva gripei A H1N1) și care sunt modalitățile de administrare a vaccinurilor, telefonați la **numărul verde gratuit al Serviciului sanitar regional 800 0 33 033** (deschis în fiecare zi lucrătoare între 8.30 și 17.30 și sâmbăta între 8.30 și 13.30).