

Ministerul Sănătății
Direcția de Sănătate Publică București



Măsuri de prevenirea îmbolnăvirii
cu virusul gripal AH1N1

DATE GENERALE

Noul virus gripal A(H1N1), descoperit recent, este un nou subtip de virus gripal care se transmite la om și care conține gene de la virusul gripei porcine, aviare și umane, într-o combinație care nu a fost observată, până în prezent, nicăieri în lume.

În plus, există dovezi că acest virus se transmite de la om la om, iar boala a fost gravă într-un număr semnificativ de cazuri în Mexic.

SIMPTOMELE NOII GRIPE A(H1N1)

La om sunt, în general, asemănătoare cu simptomele gripei sezoniere umane:

- febră;
- simptome respiratorii (tuse și secreții nazale);
- dureri în gât;

Pot apărea eventuale alte simptome cum ar fi:

- dureri generalizate (în special dureri musculare);
- cefalee;
- frisoane;
- oboseală;
- vomă sau diaree (care nu sunt caracteristice gripei, dar au fost raportate în unele din recente cazuri de gripă cu noul virus);

În anumite cazuri, este posibilă apariția unor complicații grave chiar și la persoane sănătoase infectate cu noul virus.

ATENȚIE!!!

Dacă prezentați aceste simptome (tuse seacă, secreții nazale apoase și febră peste 38° Celsius, prezentați-vă de urgență la spital, secția boli infecțioase.

CUM SE TRANSMITE

Noul virus gripal A(H1N1) se transmite la persoane în același mod ca și la virusul gripei sezoniere: prin contact direct, din picăturile răspândite de o persoană infectată când tușește sau strănută și prin contact indirect, atunci când picăturile sau secrețiile din nas sau gât ajung pe mâini sau pe alte suprafețe care sunt atinse de persoane care își duc apoi mâinile contaminate la gură sau nas.

Noul virus gripal nu se transmite prin consumul de carne de porc sau produse din carne de porc manipulate și prelucrate termic în mod corespunzător.

Acest nou virus gripal nu a fost izolat până în prezent de la animale și nu există indicii conform cărora virusul ar fi prezent în lanțul de producție al cărnii de porc.

În orice situație, se recomandă respectarea practicilor de igienă alimentară corespunzătoare la prepararea alimentelor, precum și spălarea cu săpun, după manipularea cărnii crude, a mâinilor, a suprafețelor și a echipamentelor folosite.

Acest nou virus este sensibil la medicamente antivirale specifice. Tratamentul antiviral va fi recomandat numai de către medic. Este total contraindicat ca persoanele sănătoase să ia medicamente antivirale ca măsură de precauție.

RECOMANDĂRI PENTRU PREVENIREA ÎMBOLNĂVIRILOR PRIN GRIPA CU NOUA TULPINĂ

Deoarece gripa se transmite de la om la om atât pe cale aeriană (vorbit, tușit, strănut) cât și prin contactul direct cu bolnavul sau diferitele obiecte personale ale bolnavului contaminate cu secrețiile nazofaringiene, pentru a evita îmbolnăvirea, vă recomandăm respectarea următoarelor măsuri:

- evitați contactul cu persoanele care prezintă semne clinice evidente de afecțiuni acute respiratorii (febră, tuse, strănut, ochi congestionați etc);

RECOMANDĂRI PENTRU PREVENIREA ÎMBOLNĂVIRILOR PRIN GRIPA CU NOUA TULPINĂ

- evitați pe cât posibil aglomerațiile;
- spălați-vă mâinile des, cu apă și săpun, în special după ce tușiți sau strănutați; produsele de curățare a mâinilor pe bază de alcool pot fi, de asemenea, eficiente; mâna nu va fi dusă la gură sau la ochi decât după ce a fost spălată cu apă și săpun;
- evitați atingerea ochilor, nasului sau gurii cu mâna nespălată (germenii patogeni sunt frecvent răspândiți când o persoană atinge o suprafață contaminată cu germeni patogeni și apoi atinge ochii, nasul sau gura);

Dacă Prezentați simptomele unei viroze respiratorii:

- păstrați distanța față de celelalte persoane pentru a evita să le contaminați;
- evitați să mergeți la serviciu sau la școală și, în general, să ieșiți din casă pentru diferite motive;
- când tușiți sau strănutați, acoperiți-vă gura și nasul cu o batistă de unică folosință, iar după utilizare aruncați batista la coșul de gunoi;
- prezentați-vă de urgență la medic pentru stabilirea diagnosticului și a conduitei terapeutice.

Se distribuie gratuit

Material realizat de Direcția de Sănătate Publică București din
fondurile alocate PN IV.3 - Stil de viață sănătos