

Recomandari pentru limitarea imbolnavirilor prin gripa

2019-01-29 00:00:00



Ca urmare a intensificării activității gripale din ultima perioadă, Primarul Cristi Misaila a convocat la sediul reprezentanții Direcției de Sănătate Publică Vrancea, pentru a stabili împreună măsurile de combatere a unităților de învățământ cât și în locurile publice din municipiul Focșani.

Ca urmare a intensificării activității gripale din ultima perioadă, Primarul Cristi Misaila a convocat la sediul reprezentanții Direcției de Sănătate Publică Vrancea, pentru a stabili împreună măsurile de combatere a unităților de învățământ cât și în locurile publice din municipiul Focșani. Astfel, recomandăm populației să ia măsuri pentru a preveni infecțiile respiratorii acute și a limita apariția cazurilor de gripa:

- spălați-va pe mâini în mod regulat cu apă și săpun;
- acoperiți-va gura și nasul cu un șervețel atunci când strănuți. Nu reutilizați batiste sau șervețele. Virusul gripei și alte virusuri se pot transmite temporar în afara corpului, astfel încât va puteți infecta atingând batiste și șervețele utilizate;
- dacă nu aveți un șervețel disponibil, strănuți acoperindu-va în totalitate nasul și gura cu brațul;
- stați acasă când sunteți bolnav. Dacă va simțiți mai rău, solicitați ajutor medical;
- vaccinați-va antigripal (vaccinarea în fiecare toamnă reduce foarte mult riscul de îmbolnăvire);
- nu trimiteți copii cu simptome respiratorii în colectivitățile școlare;
- nu luați antibiotice fără recomandarea medicului;
- evitarea aglomerațiilor (locuri de joacă, centre comerciale, mijloace de transport în comun, spectacole, reuniuni sportive, etc.). Evitați infecțiile respiratorii de la persoane aparent sănătoase, deja infectate - care pot transmite agenții cauzali ai infecției între momentul apariției și manifestării de boală;
- nu vizitați persoanele bolnave de gripa, dacă nu este absolut necesar. Dacă vizitați pentru a acorda îngrijiri unei persoane bolnave, purtați mască tot timpul cât sunteți împreună în aceeași cameră;
- evitați contactul apropiat cu persoanele bolnave, îndepărtați-va de cei ce tusească sau strănuță (minim 1,5 m);
- evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura direct cu mâna, iar dacă ați efectuat acest gest este recomandat să vă spălați pe mâini;
- aerisirea frecventă a încăperilor. Încăperea în care se izolează bolnavul trebuie să fie bine aerisită zilnic, iar obiectele de folosință comună să fie dezinfectate cu detergenți, prin stergere cu diferiți dezinfectanți).