

NOUL VIRUS GRIPAL A(H1N1)

Noul virus gripal A(H1N1) se transmite ușor de la om la om și cauzează maladii respiratorii de diferezită gravitate. Severitatea maladiei depinde de mai mulți factori, inclusiv starea generală a organismului

și vîrstă. Pînă în prezent, astfel de combinație de virus n-a fost observată nicăieri în lume: A(H1N1) conține componente (gene) de la virusurile gripei porcine, aviare și umane.



Care sînt semnele și simptomele de boală ale gripei de tip nou A (H1N1)?

Simptomele de boală ale gripei de tip nou sînt asemănătoare gripei obișnuite:

- febră (temperatura corpului se ridică la 38° C și mai mult), frisoane, dureri de cap, dureri musculare și articulare, astenie (stare de oboseală intensă și prelungită);
- tuse, strănut, nas înfundat, eliminări nazale, dureri de gît.

O parte dintre persoanele infectate cu acest virus au avut diaree și vomă.



Fiți informați și pregătiți înainte de călătorie.

- Monitorizați informațiile oferite de Ministerul Sănătății și autoritățile locale din țara în care doriți să plecați. Despre situația epidemiologică din Republica Moldova și alte date relevante despre gripă puteți afla de pe paginile web: www.gripa.md, www.ms.gov.md, www.sanepid.md.
- Urmați recomandările autorităților locale și ale instituțiilor de sănătate publică, inclusiv restricțiile de călătorie și măsurile de prevenire.
- Asigurați-vă cu o trusă medicală de bază pentru a acorda primul ajutor medical în caz de necesitate. Asigurați-vă cu măști de unică folosință, șervețele cu alcool.



Pentru a vă proteja de gripa de tip nou, respectați următoarele reguli:

- Spălați-vă cît mai de des pe mîini cu apă și săpun, în special după ce tușiți sau strănutați. Folosiți șervețele cu alcool atunci cînd nu aveți posibilitate să vă spălați cu săpun.
- Acoperiți gura și nasul cu batista atunci cînd tușiți sau strănutați. Se recomandă utilizarea șervețelelor de unică folosință care, după utilizare, se plasează într-o pungă de unică folosință.
- Evitați să atingeți cu mîinile ochii, nasul sau gura. Virusul gripal se răspîndește pe aceste căi.
- Evitați contactul apropiat cu persoanele bolnave. Respectați distanța de cel puțin 1 metru. Gripa se transmite de la om la om prin secrețiile persoanelor infectate, răspîndite prin tuse sau strănut



Dacă vă simțiți rău, cereți ajutor medical:

- Dacă sînteți bolnav și aveți febră și/sau alte simptome de boală, rămîneți acasă și solicitați ajutor medical în cea mai apropiată instituție sau punct medical.
- Urmați prescripțiile medicului.
- Acoperiți gura și nasul cu batista atunci cînd tușiți sau strănutați. Spălați-vă cît mai de des pe mîini cu apă și săpun.
- Evitați să mergeți în locurile publice, aglomerate și evitați deplasările cu transportul public.



După ce v-ați întors dintr-o țară unde s-au înregistrat cazuri de gripă de tip nou, e necesar:

- Să monitorizați starea dvs. de sănătate și să măsurați temperatura în decurs de 7 zile.
- Dacă vă simțiți rău, aveți febră și/sau alte simptome de boală, adresați-vă de urgență medicului.