

1500  Per tre informazioni ulteriori

**Contattaci! Il medico tuo o
pediatra di famiglia per avere
indicazioni sulla malattia e
medicazioni che possono essere utilizzate.**

www.regione.toscana.it/influenza

Gripa provocata da
nuovo virus A/H1N1

Virus A/H1N1.

Cum să vă protejați
și cum să nu-l răspândiți



Este o gripă. Adresați-vă medicului vostru.



Ce este

Noul virus gripal A H1N1 provoacă simptome asemănătoare gripei clasice de sezon, dar e mult mai contagios. Ca și gripa de sezon poate provoca complicații, în mod particular complicații respiratorii.

Cum se transmite

Transmiterea de la o persoană la alta se face pe cale respiratorie prin intermediul picăturilor de salivă ale persoanelor care tușesc și strănută, dar și pe cale indirectă, prin intermediul contactului cu mâini contaminate de către secrețiile respiratorii.

Cum te poți proteja



Spălați-vă mâinile cu grijă, de mai multe ori pe zi, cu apă și săpun sau cu detergenți pe bază de alcool, în mod particular după ce ați tușit, strănutat sau după ce v-ați suflat nasul.



Acoperiți cu un șervețel de hârtie nasul și gura când tușiți sau strănutați și aruncați-l în coșul pentru gunoi.



Țineți la îndemână o mică provizie de măști igienice și folosiți-le în caz de boală sau în cazul în care asistați o persoană bolnavă.



Mențineți spațiile curate (întrerupătoarele, telefoanele, tastaturile, mânerul, robinetele, butoanele interfonului sau ale liftului, mesele și birourile) pentru că pot fi contaminate de către virus prin intermediul contactului cu persoane infectate.

Aerisiți des spațiile în care trăiți și lucrați.



Care sunt simptomele

Febră bruscă de peste 38°C, probleme respiratorii ca tusea seacă, dureri de gât și răceala, frisoane sau dureri de cap, dureri musculare sau articulare, asociate uneori cu senzații de amețelă, dureri de stomac, diaree sau vomă.

Ce trebuie și ce nu trebuie făcut

Rămâneți acasă și chemați medicul sau pediatrul de familie și, odată ce v-ați vindecat, așteptați cel puțin 24 de ore înainte de a vă întoarce la o activitate normală.

Nu mergeți imediat la serviciul de urgență.

Nu luați medicamente antivirale pe cont propriu.

Toscana s-a organizat deja

Serviciile sanitare, teritoriale și spitalicești, au fost consolidate și dotate pentru a face față la o eventuală epidemie.