



ROMÂNIA
MINISTERUL SĂNĂTĂȚII

**INFORMAȚII PRIVIND NOUL VIRUS GRIPAL A(H1N1)
RECOMANDĂRI DESTINATE POPULAȚIEI**

Stimată doamnă / Stimate domn,

Noul virus gripal A(H1N1), descoperit recent, se transmite de la om la om și a determinat în mai multe țări din lume un număr semnificativ de îmbolnăviri.

Simptomele noii gripe A(H1N1) la om sunt, în general, asemănătoare cu simptomele gripei sezoniere umane.

Febră asociată cu:

Simptome respiratorii – obligatorii: tuse seacă • secreții nazale – apoase

Alte simptome: alterarea stării generale – senzație de oboseală • dureri musculare • dureri de cap

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

Noul virus gripal A(H1N1) se transmite de la om la om în același mod ca și virusul gripei sezoniere, prin picăturile de salivă sau secreții nazale, răspândite de o persoană infectată care tușește sau strănută.

Acest virus se mai poate transmite și prin atingerea unor obiecte sau suprafețe contaminate cu picăturile sau secrețiile din nas sau gât provenite de la un bolnav. Transmiterea în acest caz se face prin contactul mâinilor nespălate cu nasul și/sau cu gura.

Noul virus gripal **nu se transmite prin:**

- consumul de carne de porc
- produse din carne de porc manipulate și prelucrate termic în mod corespunzător.

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

Acest nou virus este sensibil la medicamentele antivirale specifice.

Tratamentul antiviral va fi recomandat numai de către medic.

Este total contraindicat ca persoanele sănătoase să ia medicamente antivirale ca masura de precauție.

Ce putem face pentru a ne proteja de infecție?

- Evitați contactele strânse cu persoanele bolnave.
- Evitați aglomerațiile și mulțimile.
- Când tușiți sau strănuțați, acoperiți-vă gura și nasul cu o batistă de unică folosință. După utilizare, aruncați batista la gunoi.
- Spălați-vă pe mâini cu apă și săpun, cât mai des.

Ce facem dacă prezentăm simptome de gripă ?

- Păstrați distanța față de celelalte persoane pentru a nu le transmite boala.
- Evitați să mergeți la serviciu sau la școală și în general să ieșiți din casă pentru diferite motive. Astfel se va reduce riscul de a îmbolnăvi alte persoane.
- Anunțați imediat medicul de familie
- Este de preferat să aveți la îndemână o mască pe care să o aplicați pe față acoperind în același timp și gura și nasul – mai ales atunci când veniți în contact cu cei din jur.
- Stabiliți o rețea de "prieteni în caz de gripă" - prieteni și rude - care v-ar putea ajuta dacă vă îmbolnăviți.
- Spălați-vă mâinile, des, cu apă și săpun, în special după ce tușiți sau strănuțați.
- Puteți folosi produsele de curățare a mâinilor pe bază de alcool care pot fi, de asemenea, eficiente.
- Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura, pentru că microbii se răspândesc frecvent atunci când o persoană atinge un obiect contaminat.
- Curățați suprafețele dure, cum ar fi mânerele ușilor, utilizând frecvent un produs normal de curățare.

Vă asigurăm că Ministerul Sănătății alături de celelalte instituții ale statului a luat toate măsurile de reducere a riscului răspândirii acestei afecțiuni.

Eficiența acestor măsuri depinde și de modul în care dumneavoastră veți înțelege să respectați recomandările de mai sus.

Cu considerație,

Dr. Ion Bazac
Ministrul Sănătății

Pentru informații suplimentare vă rugăm consultați website-ul ministerului sănătății,
www.ms.ro și comunicatele Ministerului Sănătății.