

Gripa sezonieră (Gripa)

Prevenirea și Controlul Infecțiilor – fișă informativă pentru părinți și îngrijitori



Ce este gripa?

Gripa sezonieră, cunoscută în general sub denumirea de gripă, este o infecție virală acută care se răspândește cu ușurință de la o persoană la alta. Există două tipuri principale de gripă, gripa de tip A și gripa de tip B, și care pot afecta persoane de toate vârstele.



Care sunt simptomele gripei?

Unele persoane pot avea doar simptome ușoare pe când altele pot avea simptome mai severe, în special dacă au o altă condiție medicală la bază, ca de exemplu probleme cu plămânilor precum astm sau probleme cu sistemul imunitar.

Simptomele obișnuite sunt:

- Febră și frisoane
- Tuse, durere în gât și rinoree sau nas înfundat
- Dureri musculare, dureri articulare, dureri de cap, oboseală
- Greață, vărsături și diaree (mai des întâlnit la copii decât la adulți)



Cum se răspândește?

Virusii gripali se răspândesc în principal prin particulele produse atunci când o persoană infectată tușește sau strănută. Aceștia se pot răspândi și după atingerea suprafețelor pe care au căzut particulele infectate.

Adulții cu gripă sunt contagioși din ziua de dinaintea apariției simptomelor până la 5-7 zile după aceea, pe când copiii mici și persoanele cu sistem imunitar scăzut ar putea fi contagioși o perioadă mai lungă



Cum pot preveni ca alte persoane să ia gripă?

- ✓ Folosiți șervețele când tușiți sau strănutați, acoperindu-vă nasul și gura iar apoi puneți-le imediat în pungă de gunoi.
- ✓ După ce tușiți sau strănutați, curățați-vă mâinile cu apă și săpun, șervețele umede sau cu gelul sanitar cu alcool dacă mâinile sunt vizibil curate.



Ce se întâmplă dacă sunteți diagnosticat(ă) cu gripă cât sunteți în spital?

- ✓ V-am putea muta într-o cameră de o persoană pentru a preveni răspândirea gripei la alții.
- ✓ Dacă aveți infecție în gât, este foarte important să tușiți sau să strănutați în șervețele de unică folosință, punându-le într-o pungă de gunoi imediat după folosire. După aceea, trebuie să vă spălați pe mâini sau să folosiți gelul sanitar cu alcool dacă mâinile sunt vizibil curate.
- ✓ Cadrele medicale vor purta un șorț galben de plastic de unică folosință și mănuși și posibil o mască de față atunci când vă vor îngriji.
- ✓ Acestea v-ar putea cere și dumneavoastră să purtați o mască de față pentru a preveni răspândirea gripei la alții dacă sunteți mutat(ă) dintr-un salon/departament într-altul.
- ✓ Cadrele medicale vă vor spune când aceste măsuri de precauție nu mai sunt necesare, în general atunci când simptomele au încetat de 24 de ore și se observă o ameliorare clară în starea dumneavoastră.



Dar vizitatorii? Prietenii și familia mea sunt supuși vreunui risc?

Vă vom cere să nu primiți mai mult de 1-2 vizitatori o dată. Vizitatorii nu ar trebui să vă viziteze dacă au simptome de gripă. Dacă vizitatorii vă ajută cu propria îngrijire, aceștia trebuie să discute cu asistenții medicali pentru a stabili dacă este necesar să poarte șorț, mănuși și mască.

Pentru mai multe informații, vă rugăm să discutați cu asistentul medical care vă îngrijește