

Стъпки, които трябва да предприемете, ако имате грипоподобни симптоми



Грипоподобно заболяване:
температура по-висока от 38,5 ° C и кашлица или гърлобол

Евентуално, съчетани с мускулни болки, главоболие, втрисане, повръщане, диария

Не

Ако във вашата страна има потвърдени случаи, следва да предприемете следните общи предпазни мерки:

- Ако е възможно, избягвайте контакт с болни хора
- Покривайте устата и носа си с ръка или кърпичка за еднократна употреба при кашлица и кихане
- Измивайте редовно ръцете си със сапун и вода, особено след кихане и кашлица

Да

През последната седмица:
Вие сте пътували до зона, където е налице трайно предаване от човек на човек на новия грипен вирус А (H1N1) ИЛИ
Вие сте имали близък контакт с лице с клинични симптоми на грипна инфекция, което е пътувало до такава зона

Не

- Покривайте устата и носа си с ръка или кърпичка за еднократна употреба при кашлица и кихане
- Измивайте редовно ръцете си със сапун и вода, особено след кихане и кашлица
- Освен ако не се нуждаете от медицинска помощ, останете у дома докато симптомите и треската преминат
- Потърсете незабавно медицинска помощ в случай на затруднено дишане, гръдна болка, повръщане и екстремна диария, признаци на обезводняване и/или объркване

Да

Потърсете консултация и съвет по телефона (ако е невъзможен телефонен контакт и на място) с вашия общопрактикуващ лекар (ОПЛ) или спешния център: информирайте лекаря за клиничните симптоми, за съществуващи хронични заболявания като диабет, сърдечни болести, астма; дали сте пътували до район с постоянно разпространение от човек на човек на новия грипен вирус А (H1N1) през последните седмици; дали сте имали близък контакт с потвърдени случаи на грипно заболяване и за близки контакти във вашия дом

У дома

- Освен ако не се нуждаете от медицинска помощ, останете у дома, докато симптомите и треската преминат
 - Избягвайте тесни контакти по време на този период, и не отивайте на работа или училище
 - Използвайте хирургическа маска, ако имате такава възможност
 - Покривайте устата и носа си с ръка или кърпичка за еднократна употреба при кашлица и кихане
 - Измивайте редовно ръцете си с вода и сапун, особено след кихане и кашлица.
- Уверете се, че членове на семейството Ви и други контакти лица извършват същото.
- Потърсете незабавно медицинска помощ в случай на затруднено дишане, гръдна болка, повръщане и екстремна диария, признаци на обезводняване и/или объркване

По пътя за
лечебното заведение

- Избягвайте използването на обществения транспорт
- Използвайте хирургическа маска при възможност
- Покривайте устата и носа си с ръка или кърпичка за еднократна употреба при кашлица и кихане
- Избягвайте тесни контакти