



**DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ ARGHEȘ**  
**Comp. Evaluare și Promovarea Sănătății**

Str. Exercițiu nr. 39 bis, Pitești  
Tel. (0040)-248-22.40.15 Fax: (0040)-248-21.64.84

DIRECTIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ ARGHEȘ	
905	
17	02 AN 2016-

## COMUNICAT DE PRESA

### *Gripa și virozele respiratorii – ce sunt și cum ne putem proteja*

În cadrul morbidității prin boli acute, infecțiile acute respiratorii ocupă primul loc. Virusurile care îmbolnăvesc oamenii se transmit cu ușurință de la o persoană la alta, putând duce la epidemii (îmbolnăviri în masă). Ele pot produce:

- raceli/viroze/pneumonii
- gripa

**Racelile/virozele** sunt infecții produse de virusuri, altele decât cel gripal, care însă dau semne de îmbolnăvire foarte asemănătoare cu gripa. Vaccinul antigripal nu apără organismul de aceste virusuri.

**Gripa sezonieră** se referă la tipurile obișnuite de virusuri gripale umane, care în fiecare sezon rece duc la îmbolnăvirea unui număr de persoane. Există un vaccin elaborat de către Organizația Mondială a Sănătății în fiecare an, care poate preveni gripa.

Vaccinul antigripal distribuit gratuit prin cabinetele medicilor de familie pentru sezonul 2015-2016 conține antigenele necesare pentru prevenirea infecției cu virusul AH1N1.

### **Cum se transmit virusurile care produc boli respiratorii ?**

Microbii care produc îmbolnăviri ale nasului, gâtului, urechilor sau plămânilor se pot transmite fie direct – de la o persoană la alta – fie indirect, prin obiecte folosite sau atinse de persoană bolnavă, când strănută sau tusește. Picăturile de lichid pe care bolnavul le elimină când tusește sau strănută patrund în nasul sau gura persoanelor din jur, transmitând și virusurile. Dacă picăturile cad pe diverse suprafețe, acestea pot fi atinse cu mâinile care apoi sunt duse la gura sau nas și astfel pot și ele transmite virusurile.

### **Simptomatologie**

Debutul poate fi brusc, uneori brutal, cu frică și febră (38-40 grade C), dureri musculare, dureri de cap, dureri în gât, secreții nazale abundente, lacrimarea ochilor, oboseala marcată, față congestionată; la scurt timp poate apărea tusea, la început seacă, apoi productivă.

**Ce putem face – gesturi simple ne apără de probleme de sănătate grave !**

Spalatul pe maini cu apa si sapun este obligatoriu in oricare dintre urmatoarele situatii:

- dupa ce stranutati, tusiti sau va suflati nasul
- inainte si dupa pregatirea hranei
- inainte si dupa masa
- dupa ce ati schimbat scutecele copilului
- dupa ce ati venit in contact cu animale sau dejectii
- dupa ce ati lucrat in curte sau in gradina, la camp
- dupa utilizarea toaletei
- oricand mainile au un aspect murdar.

Alte masuri recomandate:

- acoperiti gura si nasul cand stranutati sau tusiti (cu un servetel de hartie pe care il aruncati dupa aceea)
- nu folositi in comun obiecte personale (prosoape, batiste, cosmetice etc.)
- daca va imbolnaviti, actionati responsabil (repaus la domiciliu, pastrarea distantei fata de persoanele din jur, mai ales daca tusiti sau stranutati)
- consumati multe legume si fructe proaspete, bine spalate sub jet de apa potabila inainte de consum
- aerisiti zilnic incaperile in care lucrati sau va odihniti
- vaccinati-va impotriva gripei in fiecare an; vaccinarea va poate proteja de gripa sezoniera, ca si de complicatiile acesteia; exista anumite grupe de populatie pentru care vaccinarea este in mod special indicata (copii foarte mici, persoane peste 65 de ani, bolnavi cu afectiuni cronice – astm, diabet, boli de inima si plamani, personal medical, gravide)

In judetul Arges evolutia IACRS si a pneumoniilor a fost intr-o usoara crestere, dupa cum urmeaza:

- in saptamana 01-07.02.2016 – IACRS = 1252 cazuri; pneumonii = 271 cazuri;
- in saptamana 08-14.02.2016 – IACRS = 1428 cazuri; pneumonii = 239 cazuri.

Se recomanda adresabilitate imediata catre medicii de familie si medicii specialisti in cazul aparitiei primelor semne de decompensare a afectiunilor cronice, de guturai/raceala (febra, tuse, dureri in gat, dureri musculare etc.).

Din cauza fluctuatiilor frecvente de temperatura DSP Arges recomanda populatiei sa asculte sfatul medicilor, sa respecte regulile de igiena si sa se vaccineze antigripal pentru evitarea imbolnavirilor.

**DIRECTOR EXECUTIV**  
**Dr. Sorina HONTARU**

