



Domuz gribinden korunun.

Influenza A/H1N1 hakkında genel bilgi

Influenza A/H1N1, domuzlarda devamlı baş gösteren A tipi grip (medikal tabiriyle influenza) virüslerinin meydana getirdiği bir solunum yolu hastalığıdır. Bu yüzden halk arasında “Domuz Gribi” olarak da bilinir. Influenza A/H1N1, ateş, öksürük, boğaz ağrısı, akan ya da tıkalı burun, vücut ağrısı, baş ağrısı, üşüme ve yorgunluk gibi mevsimsel gribin belirtilerini gösterir.

Nisan 2009’da Güney ve Kuzey Amerika’da yeniden ortaya çıkan Influenza A/H1N1, Dünya Sağlık Örgütü’nün “Toplumsal seviyede enfeksiyonu ve insandan insana bulaşma yoğunluğunu belirten **6. Faz Salgın Alarmı**” vermesine yol açmıştır.

Gündelik yaşamın ritmi içinde çarşıda, pazarda, marketlerde, taksi ve toplu taşıma araçlarında, ziyarete gittiğimiz yerlerde, hatta işyerlerimizde farklı farklı yaşama kültürleri ve alışkanlıkları olan insanlarla, Influenza A/H1N1 gibi bulaşıcı hastalıkların yayılmasını kolaylaştıran ortamlarda bulunuyoruz. Bu anlamda hayatımızda hijyen, özellikle el temizliği büyük bir önem taşıyor, özellikle elle temas edilen yüzeylere çok dikkat etmek gerekiyor.

Belirtiler ortaya çıkarsa neler yapılmalı?

- Tıbbi yardım alınız. Hastalığın erken evrelerinde antiviral ilaçlarla tedavi önerildiğini unutmayınız.
- Evden çıkmayınız. Influenza A/H1N1’in belirtilerine sahipseniz, ateşiniz düştükten sonra en az 24 saat daha evde kalınız. Mümkün olduğunca başkalarından uzak durunuz.
- Hastaysanız ve aile üyeleriyle ortak bir alan paylaşıyorsanız, virüsün yayılmasını engellemek için mümkünse maske takınız.
- Herhangi bir acil durumda tıbbi servisleri arayınız.
- Hasta kişiler kendilerini daha erken iyi hissetseler bile evde kalma süreleri en az 7 gün olmalıdır. 7 günden sonra hâlâ hasta olan kişiler, hastalığın etkileri geçtikten sonra en az 24 saat daha evde kalmalıdır.

Korunma yöntemleri

- Öksürürken veya hapşırdığınızda ağzınızı ve burnunuzu kâğıt mendille kapatınız. Mendili kullandıktan sonra çöpe atınız.
- Ellerinizi sık sık dezenfektanlı sabun ve suyla, özellikle öksürdükten veya hapşırdıktan sonra yıkayınız. Su ve sabunun olmadığı noktalarda, alkol bazlı el dezenfektanları da etkilidir.
- Gözlerinize, burnunuza, ağızınıza dokunmaktan kaçınınız. Bu yolla virüslerin yayılmasını engelleyebilirsiniz.
- Hasta insanlarla yakın ilişki kurmamaya çalışınız.
- El temasının yaygın olduğu yüzeyleri ve eşyaları (masalar, kapı tokmakları, klavyeler veya kalem v.b.) uygun dezenfektanlı temizlik maddesiyle temizleyiniz.
- T.C. Sağlık Bakanlığı duyurularını takip ederek, piyasaya çıktığında, ailenize ve kendinize mevsimlik Influenza A/H1N1 aşısı yaptırınız.

www.cleanerandhealthier.com

JohnsonDiversey

