

LA NUOVA INFLUENZA A (H1N1)

PANDEMIA VUOL DIRE DIFFUSIONE MONDIALE DEL VIRUS E NON MALATTIA GRAVE.

COSA FARE PER PROTEGGERSI?

LA VIA PRINCIPALE DI TRASMISSIONE E' SEMPRE TRAMITE LE GOCCIOLINE ESPULSE MENTRE SI PARLA, SI TOSSISCE O SI STARNUTISCE QUINDI:

- EVITARE STRETTO CONTATTO CON PERSONE AMMALATE
- EVITARE LUOGHI AFFOLLATI (ES :CENTRI COMMERCIALI)
- LAVARE REGOLARMENTE E FREQUENTEMENTE LE MANI CON ACQUA E SAPONE E, SE NON DISPONIBILI, SOLUZIONI DETERGENTI A BASE DI ALCOOL.
- EVITARE DI TOCCARE OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI NON PULITE.
- COPRIRE BOCCA E NASO CON FAZZOLETTO DI CARTA QUANDO SI TOSSISCE O STARNUTISCE E GETTARLO NELLA SPAZZATURA AD OGNI USO.
- AERARE REGOLARMENTE LE STANZE DI SOGGIORNO

COME FACCIO A SAPERE SE HO L'INFLUENZA A:

I SINTOMI SONO UGUALI A QUELLI DELL'INFLUENZA COMUNE:

- FEBBRE ANCHE ALTA 39° PER 6-7 GIORNI
- RINITE E TOSSE
- DOLORI OSTEO-MUSCOLARI
- STANCHEZZA E MAL DI TESTA
- BRIVIDI

PIU' RARAMENTE DIARREA E VOMITO.

IN QUESTO CASO:

- RIMANERE A CASA (DAL LAVORO, DALLA SCUOLA..) ALMENO FINO A 24 ORE DOPO LA SCOMPARSA DELLA FEBBRE.
- EVITARE IL CONTATTO CON ALTRE PERSONE
- COPRIRE NASO E BOCCA QUANDO SI TOSSISCE O SI STARNUTISCE, EVENTUALMENTE USARE UNA MASCHERINA SE TOLLERATA.
- BUTTARE SUBITO I FAZZOLETTI O LE MASCHERINE USATE
- LAVARE E PULIRE FREQUENTEMENTE LE MANI
- RIPOSO E BERE MOLTI LIQUIDI
- NON E' NECESSARIO USARE FARMACI (ANTIVIRALI O ANTIBIOTICI) TRANNE GLI ANTIPIRETICI (PARACETAMOLO E IBUPROFENE) OCCASIONALMENTE AL BISOGNO.
- NON USARE MAI NEI BAMBINI L'ASPIRINA.

E SE STO ALLATTANDO?

L'ALLATTAMENTO E' PROTETTIVO

QUANDO CONSULTARE IL PEDIATRA?

NON RECARSI DI PROPRIA INIZIATIVA NELLO STUDIO DEL PEDIATRA O IN PRONTO SOCCORSO MA CONSULTARE TELEFONICAMENTE IL PEDIATRA O LA GUARDIA MEDICA SE:

- IL BAMBINO PRESENTA SINTOMI D'ALLARME: **RESPIRO DIFFICOLTOSO O TROPPO FREQUENTE, PALLORE ECCESSIVO, DISIDRATAZIONE, VOMITO PERSISTENTE, SCARSA REATTIVITA' O IRRITABILITA' ECCESSIVA O RICOMPARSA DI FEBBRE E TOSSE DOPO LA REMISSIONE DEI SINTOMI INFLUENZALI.**
- IL BAMBINO APPARTIENE AD UNA CATEGORIA AD ALTO RISCHIO: DIABETE, CARDIOPATIE, MALATTIE IMMUNITARIE, MALATTIE RESPIRATORIE CRONICHE (ASMA GRAVE; FIBROSI CISTICA), LEUCEMIE E TUMORI O IN CHEMIOTERAPIA.