Wzmożone występowanie infekcji sezonowych

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny apeluje, iż w ostatnim czasie w Polsce i Europie odnotowuje się wzmożone występowanie infekcji sezonowych, ze szczególnym uwzględnieniem rosnącej fali zachorowań na grypę. Zimowa aura sprzyja rozprzestrzenianiu się patogenów, a powszechne przekonanie o „wymrażaniu" wirusów przez mróz jest błędne. W rzeczywistości wychłodzenie organizmu zwiększa podatność na zakażenie. Dominującym podtypem pozostaje wirus A(H3N2), czyli tzw. wariant K, który nie wykazuje szczególnej zjadliwości. Charakterystycznymi objawami grypy są: gorączka, bóle mięśniowe, osłabienie i kaszel, jednak w przypadku pojawienia się problemów z oddychaniem lub pracą serca konieczna jest natychmiastowa konsultacja z lekarzem.

Nadal warto zaszczepić się przeciw grypie – sezon grypowy trwa od października do maja. Szczepionki, również te objęte refundacją, są dostępne w przychodniach POZ, oraz aptekach. Szczepienia zalecane są przede wszystkim dzieciom, seniorom, personelowi medycznemu, pracownikom oświaty i opieki społecznej.

Wciąż aktualne są także zasady niefarmakologicznego przerywania łańcucha zakażeń:
 higiena rąk,
 higiena kaszlu,
 maski FFP2 w placówkach medycznych oraz opieki długoterminowej,
 dystans społeczny,
 zmniejszenie mobilności i udziału osób z grup ryzyka w zgromadzeniach,
 wprowadzanie pracy zdalnej w większym zakresie

OBJAWY GRYPY

CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

- NAGŁY WZROST TEMPERATURY CIAŁA, UCZUCIE ZIMNA I DRESZCZE
- SUCHY, MĘCZĄCY KASZEL
- KATAR LUB UCZUCIE NIEDROŻNEGO NOSA
- BÓLE MIĘŚNI ORAZ STAWÓW
- BÓL GŁOWY
- SILNE OSŁABIENIE I BRAK ENERGII
  NUDNOŚCI, WYMIOTY LUB BIEGUNKA -CZĘŚCIEJ U DZIECI



PAMIĘTAJ:

JEŚLI OBJAWY SĄ NASILONE LUB UTRZYMUJĄ SIĘ KILKA DNI, SKONTAKTUJ SIĘ Z LEKARZEM.

ODPOCZYNEK I POZOSTANIE W DOMU POMAGAJĄ WRÓCIĆ DO ZDROWIA I CHRONIĄ INNYCH.

WIRUSA GRYPY NIE ZWALCZAJĄ ANTYBIOTYKI ANI LEKI DOSTĘPNE W APTECE BEZ RECEPTY.

SKUTECZNE SĄ LEKI ANTYWIRUSOWE, KTÓRE PRZEPISUJE LEKARZ.

Więcej informacji znajdziesz na FACEBOOKU

POWIATOWA STACJA
SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA
W MIELCU

JAK ZAPOBIEGAĆ GRYPIE

CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

- NAJSKUTECZNIEJSZYM SPOSOBEM OCHRONY PRZED ZACHOROWANIEM JEST SZCZEPIENIE PRZECIW GRYPIE.
- ZASŁANIANIE UST I NOSA PODCZAS KICHANIA I KASZLU
- JEŚLI MASZ OBJAWY INFEKCJI, ZOSTAŃ W DOMU
- UŻYWANIE CHUSTECZEK
- CZĘSTE WIETRZENIE POMIESZCZEŃ
- REGULARNE MYCIE RĄK



PAMIĘTAJ:

WIRUSY GRYPY MUTUJĄ, DLATEGO ABY JAK NAJLEPIEJ OCHRONIĆ SIĘ PRZED ZACHOROWANIEM, NALEŻY SZCZEPIĆ SIĘ CO ROKU

Więcej informacji znajdziesz na FACEBOOKU

POWIATOWA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W MIELCU

SZCZEPIENIA PRZECIW GRYPIE

CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

- SĄ WYKONYWANE W PODMIOTACH LECZNICZYCH (SZCZEPIENIA DZIECI I DOROSŁYCH) I APTEKACH (SZCZEPIENIA DOROSŁYCH).
- BADANIE KWALIFIKACYJNE PRZED SZCZEPIENIEM DZIECKA PROWADZI: LEKARZ.
- BADANIE KWALIFIKACYJNE PRZED SZCZEPIENIEM OSOBY DOROSŁEJ MOŻE PROWADZIĆ: LEKARZ, FELCZER, LEKARZ DENTYSTA, PIELĘGNIARKA, POŁOŻNA, FARMACEUTA, RATOWNIK MEDYCZNY, HIGIENISTKA SZKOLNA, FIZJOTERAPEUTA, DIAGNOSTA LABORATORYJNY.
- PRZED WYKONANIEM SZCZEPIENIA POTRZEBNA JEST RECEPTA.



- PRZYSŁUGUJĄ BEZPŁATNIE (100% REFUNDACJI)
  DZIECIOM (POWYŻEJ 6 MIESIĄCA ŻYCIA DO UKOŃCZENIA 18 LAT),
  OSOBOM W WIEKU 65+, KOBIETOM W CIĄŻY I POŁOGU,
- PRZYSŁUGUJĄ Z 50% REFUNDACJĄ DOROSŁYM W WIEKU 18-64 LATA,
  OSOBOM W WIEKU 60+ (SZCZEPIONKA WYSOKODAWKOWA).

PAMIĘTAJ:

SZCZEPIONKA ZMNIEJSZA PRAWDOPODOBIEŃSTWO ZACHOROWANIA,
A JEŚLI DO NIEGO DOJDZIE ŁAGODZI PRZEBIEG CHOROBY.

Więcej informacji znajdziesz na FACEBOOKU

POWIATOWA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W MIELCU