



DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ GALAȚI

Str.Brăilei nr.177 telefon: 0236/415147; FAX: 0236/46.40.60

e-mail: promovareasanatatii@dsp-galati.ro

Operator de date cu caracter personal nr. 19481/2011

Compartimentul Evaluarea și Promovarea Sănătății

Galați, 6 februarie 2020

COMUNICAT DE PRESĂ

Având în vedere că suntem în plin sezon gripal, că în fiecare an, în această perioadă are loc o circulație a virusurilor gripale.

Pentru evitarea creșterii numărului cazurilor de îmbolnăvire, prin infecții respiratorii acute și gripă, precum și agravarea cazurilor de îmbolnăvire, depistarea precoce a acestora, izolarea timpurie și tratamentul bolnavilor cu gripă și infecții respiratorii virale acute, populația este îndemnată să respecte următoarele măsuri :

- **Vaccinarea, urmată de măsuri de igienă standard;**
- Evitarea contactului bolnavilor cu persoanele din grupele de risc cum ar fi: copiii, femeile gravide, persoanele imuno-compromise, bolnavii cu afecțiuni cardiovasculare, afecțiuni cronice ale aparatului respirator, diabet zaharat etc.
- **Autoizolarea la domiciliu** la apariția primelor simptome de boală compatibile cu gripa și **adresarea către medicul de familie dacă evoluția este nefavorabilă. Izolarea voluntară la domiciliu** a persoanelor care prezintă simptomatologie asemănătoare gripei este necesară pentru a preveni răspândirea virusului.
- **Respectarea etichetei tusei și strănutului** (utilizarea de batiste de unică utilizare sau tuse/strănut la nivelul părții interne a articulației cotului).
- **Igiena adecvată a mâinilor – spălarea cu apă și săpun**, în vederea reducerii răspândirii virusului; de asemenea, e necesară o igienă personală corespunzătoare.
- **Purtarea unei masti de protecție, care să acopere nasul și gura și, care se va schimba la un interval de 2-3 ore.**

- **Evitarea aglomerațiilor și limitarea organizării de evenimente.**

Regulile generale de prevenire a infecțiilor respiratorii:

- ✓ Folosirea judicioasă a tuturor factorilor de călire a organismului (aer, soare, mișcare);
- ✓ Alimentația bogată în vitamine și minerale (fructe și legume proaspete);
- ✓ Hidratare corectă, suficientă cu sucuri naturale, ceaiuri calde cu lămâie și miere, evitând în același timp alcoolul, cofeina și fumatul ce pot duce la agravarea simptomelor;
- ✓ Aerisirea frecventă a încăperilor;
- ✓ Adoptarea unei ținute vestimentare de protecție împotriva frigului.

Rugăm populația să se adreseze mai întâi medicilor de familie sau personalului medical din centrele de permanență, care pot stabili o eventuală indicație pentru spitalizare, evitând astfel supraaglomerarea unităților de primiri urgențe și a camerelor de gardă ale spitalelor.