

OBVESTILO POTNIKOM OB POJAVU NOVEGA VIRUSA GRIPE

Spoštovana potnica, spoštovani potnik!

Nedavno se je pojavil nov virus gripe, ki se prenaša s človeka na človeka. Bolezen poteka s podobnimi znaki in simptomi kot običajna, sezonska gripa: pojavijo se mraženje, povišana telesna temperatura, izčrpanost, bolečine v mišicah in kosteh, bolečine v žrelu, suh kašelj. Nov virus prašičje gripe se prenaša enako kot virus sezonske gripe s kužnimi kapljicami, ki nastajajo pri kašljanju, kihanju, govorjenju ipd., torej ob tesnem stiku z osebo, ki je okužena z novim virusom prašičje gripe, in prek površin, ki so bile onesnažene s kužnimi izločki dihal.

Primeri okužb se pojavljajo v različnih predelih sveta. Največ zbolelih je v Mehiki. Svetujemo vam, da odložite vsa potovanja v Mehiko, ki niso nujna.

Če potovanja v Mehiko ne morete ali ne želite odložiti, vam svetujemo:

- pred odhodom preučite podatke, ki so dostopni na spletnih straneh Inštituta za varovanje zdravja Republike Slovenije (<http://www.ivz.si>), Svetovne zdravstvene organizacije (<http://www.who.int/en/>) in Evropskega centra za nadzor nad boleznimi (<http://ecdc.europa.eu/>);
- pogosto si umivajte roke z vodo in milom ali razkužite z alkoholnim robčkom;
- izogibajte se mest, na katerih se zbira veliko ljudi;
- izogibajte se bolnim ljudem;
- upoštevajte navodila lokalnih zdravstvenih oblasti;
- posvetujte se z zdravnikom v državi bivanja/potovanja, če zbolite z vročino in znaki okužbe dihal.

Svetujemo vam, da **PRVIH SEDEM DNI** po vrnitvi z območja, na katerem so se že pojavili primeri okužb z novim virusom gripe, **pozorno spremljate svoje zdravstveno stanje**. Ob pojavu slabega počutja, vročine, prehladnih znakov, bolečin v žrelu, kašlja in bolečin v mišicah pokličite svojega zdravnika po **telefonu** in se z njim posvetujte.

Če zbolite, poskrbite, da ne boste prenesli okužbe na svoje bližnje:

- prvih sedem dni bolezni ostanite doma, po potrebi še dlje, če simptomi/znaki vztrajajo;
- pogosto si umivajte roke z vodo in milom – roke si umijte vsakič, ko jih ob kihanju, kašljanju ali smrkanju onesnažite z izločki dihal;

- ob kihanju, smrkanju in kašljanju si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom, ki ga po uporabi odvržete v koš za smeti;
- ne delite jedilnega pribora in kozarcev oz. česar koli, kar je onesnaženo s slino in drugimi izločki dihal, z drugimi osebami.