

NASVET POTNIKOM, KI PRIHAJAJO Z OBMOČIJ, NA KATERIH SE POJAVLJA NOV VIRUS GRIPE

Spoštovana potnica, spoštovani potnik!

Nedavno se je pojavil nov virus gripe, ki se prenaša s človeka na človeka. Primeri okužb se pojavljajo v različnih predelih sveta, največ zbolelih je v Mehiki.

Kako poteka okužba z novim virusom gripe pri ljudeh?

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.

Kako se prenaša nov virus gripe?

Nov virus 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.

Na kaj morate biti pozorni po vrnitvi domov?

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 boleznimi 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, kozarcev oz. česar koli, kar je onesnaženo s slino in drugimi izločki dihal, z drugimi osebami.