

Клиничка слика грипа и мере превенције

Грип је болест која се као блага или средње тешка лечи од стране изабраног лекара, по могућности у кућним условима. Тежа и тешка клиничка слика грипа лечи се у стационарним условима, на секундарном и терцијарном нивоу здравствене заштите, у зависности од тежине стања оболелог.

- **Благу форму болести** карактерише гребање у гуши, сув наддражајни кашаљ, цурење из носа, кијавица, лако до умерено повишена температура, малаксалост, што је тешко разликује од других акутних респираторних инфекција.
- **Средње тешку форму болести** карактеришу следећи симптоми и знаци: температура преко 38°C, сув наддражајни кашаљ, гушобоља, малаксалост, главобоља, кијавица, болови у мишићима и зглобовима, дијареја итд.

Напомена:

Свим оболелим лицима која се јаве здравственој служби треба дати:

- а) информацију о знацима и симптомима који указују на погоршање болести или настанак компликација
- б) информацију о могућим нежељеним дејствима ординираних лекова
- в) упутство да се, уколико и поред примљене терапије не дође до побољшања, јаве телефоном изабраном лекару
- г) упутство да се ОДМАХ јаве телефоном надлежном лекару уколико дође до погоршања здравственог стања
- д) упутство да ОДМАХ пријави надлежном лекару сваку нежељену реакцију насталу као последица примене антивирусне терапије.

Оболели који имају тежу клиничку слику лече се у болничким условима

- 1) Лекар из примарне здравствене заштите шаље пацијента на секундарни ниво здравствене заштите (у болнице) уколико је присутно било које од наведених стања:
 - а) Респираторна угроженост
 - б) отежано дисање – не може да изговори реченицу без застајкивања
 - в) употребљава помоћну респираторну мускулатуру
 - i) одрасли - увлачење кључњачких јама
 - ii) деца – увлачење међуребарних простора
 - г) осећај недостатка ваздуха
- 2) Убрзано дисање мерено током пола минута
 - а) одрасли > 30 /мин.
 - б) деца старија од 1 год. > 40/ мин.
 - в) деца млађа од 1 год. > 50/мин.
- 3) Знаци тешке дехидратације или шока:
 - а) одрасли – систолни притисак < 90 mmHg, дијастолни < 60 mmHg,

- b) деца – снижен еластичитет коже, упале очи, увучена фонтанела
- 4) Измењено стање свести:
 - a) конфузност и дубље измене свести
 - b) узнемиреност
 - c) грчеви са поремећајем свести
- 5) Брза прогресија болести
- 6) Поремећаји рада срца
- 7) Одржавање симптома и поред примљене терапије

МЕРЕ ПРЕВЕНЦИЈЕ ГРИПА ИЗАЗВАНОГ ПАНДЕМИЈСКИМ ВИРУСОМ ИНФЛУЕНЦЕ А (Х1Н1)

Основне мере превенције:

- Опште мере превенције, као што су држање одстојања од најмање 1 м од других особа, хигијена дисајних путева (покривање носа и уста приликом кашљања и кијања папирнатом марамicom коју одмах након употребе треба бацити, а руке опрати текућом водом и сапуном), хигијена руку и проветравање просторија су најефикасније мере превенције и сузбијања грипа изазваног новим вирусом инфлуенце.
- Особама са благим обликом болести препоручити изолацију и негу код куће до опоравка, уз максимално ограничавање свих кућних и других контаката. Симптоматска терапија подразумева мировање, надокнаду течности, употребу антипиретика (лекова за снижење повишене телесне температуре), а употреба антивирусних лекова и антибиотика спроводи се само по препоруци лекара. Хоспитализација се препоручује само у случају наглог погоршања клиничке слике.
- СЗО препоручује употребу заштитних маски код учесталих и блиских контаката са оболелим особама. По препоруци СЗО треба дозволити ношење заштитних маски на јавним местима, иако ова мера нема готово никаквог утицаја на превенцију грипа изазваног новим сојем вируса.

Поступак са оболелима од грипа изазваног пандемијским вирусом инфлуенце у случају кућне изолације

- * Оболеле особе са благом симптоматологијом треба упутити на кућно лечење и изолацију, уз спровођење хигијене дисајних путева и хигијене руку и максимално ограничавање свих кућних и других контаката.
- * Пожељно је одредити једну особу, најбоље члана породице, да негује оболелу особу код куће, како би се могућност даљег ширења новог вируса грипа свела на најмању меру.
- * Оболеле особе и особе које негују оболеле треба обучити како да носе и да одлажу заштитне маске током периода када је болесник заразан за околину. Уколико маске нису доступне у довољној количини, важније је да заштитну маску носи оболела особа. Заштитну маску треба носити само у случају блиског контакта са особом

која пружа негу. Заштитне маске треба безбедно одложити, бацити уколико се овлаже.

- * Особе које негују оболеле од грипа изазваног новим вирусом инфлуенце треба да перу руке након сваког контакта са њима.
- * Особама које негују оболеле треба дати инструкције како поступити у случају погоршања клиничке слике пацијента.
- * Седам (7) дана након појаве симптома оболеле особе нису више заразне за своју околину.
- * Сви чланови домаћинства морају да спроводе хигијену дисајних путева и хигијену руку.
- * Редовно проветравати просторије.
- * Редовно чистити просторије водом и средствима за чишћење или дезинфекцију.

ПРЕПОРУКЕ ЗА СУЗБИЈАЊЕ ШИРЕЊА ПАНДЕМИЈСКОГ ГРИПА У ШКОЛАМА

А. Ученици/родитељи

Ради спречавања уноса и ширења овог обољења у школу, потребно је да поступате на следећи начин:

Уколико имате симптоме и знаке болести* потребно је да останете код куће и јавите се телефоном свом лекару и обавестите учитеља/разредног старешину.

Уз савет лекара боравите у кући до престанка симптома, односно до краја периода заразности, и ограничите – избегавајте контакте са другим особама.

Уредно узимајте препоручену терапију, у случају погоршања здравственог стања одмах се јавите свом лекару.

Обавестите о својој болести и све особе које су биле у контакту са вама унутар седам (7) дана.

Уколико сте били у контакту са особама оболелим од ове болести пратите своје здравствено стање током седам дана од контакта. У случају појаве симптома остати код куће, јавити се свом лекару и обавестите учитеља/разредног старешину.

Примењивати опште мере превенције ** у спречавању и сузбијању ширења грипа.

Б. Учитељи/наставници/професори

Уколико имате симптоме и знаке болести потребно је да останете код куће и јавите се телефоном свом лекару и обавестите колегијум/директора установе.

Обавестите о својој болести и све особе које су биле у контакту са вама унутар седам (7) дана (колеге на послу, одељење – ученике).

Уз савет лекара боравите у кући до престанка симптома, односно до краја периода заразности (око седам дана), и дистанцирајте се од социјалних контаката.

Уредно узимајте препоручену терапију, у случају погоршања здравственог стања одмах се јавите свом лекару.

Уколико сте били у контакту са особама оболелим од ове болести пратите своје здравствено стање током седам дана од контакта. У случају појаве симптома остати код куће, јавити се свом лекару и обавестите колегијум/директора установе.

Свако одсуство ђака у одељењу чији сте учитељ/разредни старешина пријавите раднику школе који ће бити од стране колегијума/директора одређен да води евиденцију о одсуствовању са наставе пре свих ђака и наставног особља, а потом и других запослених у установи (недељна или дневна евиденција о здравственом стању у одељењу, која се у писаној форми изјаве/информације доставља особи која води евиденцију и комуницира са надлежном здравственом/епидемиолошком службом).

Често током дана проветравати просторије у којима се спроводи настава.

Организовати здравственоваспитни рад о општим мерама превенције грипа примерено узрасту, у сарадњи са домом здравља или ИЗЈЗ/ЗЗЈЗ.

*** *Обољење слично грипу (ОСГ) је оно код којег постоји изненадна појава температуре (изнад 38°С), праћена боловима у мишићима и зглобовима, сувим кашљем и симптомима од стране горњих дисајних путева.***

**** Сходно препорукама СЗО опште мере превенције, као што су држање одстојања од најмање 1 м од других особа, хигијена дисајних путева (покривање носа и уста приликом кашљања и кијања папирнатом марамицом коју одмах треба након употребе бацити, а руке опрати текућом водом и сапуном), хигијена руку и проветравање просторија у којима се борави, су ефикасне мере превенције и сузбијања грипа изазваног новим типом вируса А (Х1Н1).**