Обережно грип!

Шановні учні та батьки!

У зв'язку з поширенням грипу A/H1N1 інформуємо вас про заходи профілактики даного захворювання

Пам'ятка щодо грипу типу A/H1N1

Клінічні ознаки грипу типу A/H1N1: головний біль, біль у м'язах, біль у горлі, підвищення температури тіла, кашель, нежить, закладання носа, в окремих випадках — блювота і понос.

Як можна заразитися вірусом грипу типу A/H1N1? Від іншої хворої людини повітряно-краплинним, повітряно-пиловим шляхом (вірусні частки по повітрю переносяться від хворої людини до здорової під час розмови, кашлю, чхання), при тісному контакті (знаходження на відстані близько 2-х метрів).

Як довго є заразним хворий на грип типу A/H1N1? Інфекційний період (період, коли хворий небезпечний для оточуючих) при грипі типу A/H1N1 може бути протягом 7 днів від початку хвороби, але якщо клінічні симптоми хвороби зберігаються - то до їх зникнення.

Як попередити зараження грипом типу A/H1N1?

- уникати контакту з особами, що мають прояви грипозної інфекції; - обмежити відвідини місць великого скупчення людей; - часто провітрювати приміщення; - часто мити руки з милом;
- прагнути не торкатися очей, носа або рота немитими руками;
- уникати обіймів, поцілунків і рукостискань;
- прикривати ніс і рот при чханні або кашлі одноразовою носовою серветкою, яку зразу ж після використання потрібно викинути;
- якщо у людини є симптоми грипу, то необхідно триматися від нього на відстані не менше двох метрів.

Як запобігти розповсюдженню грипу в дитячих установах?

- під час епідемічного підйому захворюваності на грип нові діти в дошкільні установи не приймаються;
- виключається переведення дітей із групи в групу;
- припинити відвідування дитячої установи сторонніми особами;
- в дошкільних установах велике значення має щоденний огляд дітей при їх приході до неї зранку, і при щонайменших ознаках захворювання діти в колектив не приймаються;
- приміщення, в якому знаходяться діти, повинні бути добре вентильованими, їх необхідно провітрювати декілька разів протягом дня;
- необхідне вологе прибирання приміщень не менше двох разів на день;

- необхідно дотримання дітьми правил особистої гігієни (часте миття рук протягом дня);
- на час епідемії (пандемії) персонал установи повинен носити марлеві пов'язки;
- персонал установи повинен бути щеплений проти сезонного або грипу А H1N1 (при наявності вакцини);
- особам, що були в контакті з дитиною, у якої підтверджений діагноз грипу А H1N1, необхідно провести курс хіміопрофілактики озельтамівіром.
- на час епідемії (пандемії) дитячі установи закриваються.

Що повинні знати батьки, щоб попередити зараження дітей грипом?

- навчити дітей часто мити руки з милом протягом 20 секунд;
- батьки також повинні виконувати цю процедуру, що служить добрим прикладом для дітей;
- навчити дітей кашляти і чхати в серветку або руку;
- батьки також повинні виконувати цю процедуру, що служить добрим прикладом для дітей;
- навчити дітей не підходити до хворих ближче, ніж на півтора - два метри;
- хворі діти повинні залишатися вдома (не відвідувати дошкільні установи і школи);
- утримуватися дітям і батькам від відвідин місць скупчення людей.

Що робити, якщо дитина захворіла на грип ?

- при перших ознаках захворювання дитину необхідно покласти у ліжко і викликати лікаря;
- залишити хвору дитину вдома, окрім тих випадків, коли їй потрібна термінова медична допомога. Не відправляти дитину в школу або до дошкільної установи;
- хворі на грип небезпечні для оточуючих і повинні бути негайно ізольовані. Неприпустима їх поява в громадському транспорті, дитячих колективах та інших місцях масового перебування людей.
- хворого необхідно розташувати в окремій кімнаті або огородити ширмою, виділити йому індивідуальний посуд, рушник, предмети особистої гігієни;
- не допускати контакту хворого із здоровими членами сім'ї, окрім тих, хто доглядає за ним;
- особа, що доглядає за хворим, повинна носити двошарову марлеву пов'язку або разову маску, яку потрібно міняти кожні 4 години. Після кожного контакту з хворим необхідно ретельно мити руки з милом;
- маска повинна бути або одноразовою, яку після зміни викинути в корзину, або багаторазовою, яку після прання необхідно ретельно прасувати гарячою праскою;
- проводити провітрювання приміщення декілька разів на добу;
- щодня робити вологе прибирання приміщень оселі;
- повітря в приміщеннях повинне бути достатньої вологості;
- мати разові носові серветки і корзину для використаних серветок в межах досяжності хворого;

- створити хворій дитині комфортні умови. Вкрай важливим є спокій, постільний режим;
- якщо у дитини лихоманка, то їй необхідно дати жарознижуючі ліки (препарати парацетамолу або ібупрофену), після цього викликати лікаря;
- до приходу лікаря давати дитині пити багато рідини (сік, негазована вода, морс, компот тощо);
- не слід займатися самолікуванням. Відповідне медикаментозне лікування хворому призначає тільки лікар!

Які ознаки захворювання у дитини повинні примусити негайно звернутися за медичною допомогою ?

- прискорене або утруднене дихання;
- синюшність навкруги рота, інших шкірних покровів;
- поява на тілі дитини крововиливів (навіть дуже маленьких), носової кровотечі;
- висока температура тіла;
- відмова дитини від пиття;
- неможливість розбудити дитину або відсутність її реакції на звертання;
- надмірне збудження дитини або поява судом;
- поява блювоти, частого рідкого стільця;
- скарги дитини на сильний головний біль;
- відсутність сечовипускання або сліз під час плачу.

Пам'ятка щодо запобігання розповсюдження грипу типу A/H1N1 в дитячих установах

I. Організаційні заходи:

- під час епідемічного підйому захворюваності на грип нові діти в дитячі установи не приймаються;
- виключається переведення дітей із групи в групу (з класу в клас);
- припиняється доступ до дитячої установи сторонніх осіб.

II. Санітарно-гігієнічні вимоги до приміщень під час підйому захворюваності на грип:

- приміщення, в яких знаходяться діти, повинні бути добре вентильованими,
- їх необхідно провітрювати декілька разів впродовж дня;
- повітря в приміщеннях повинне бути достатньої вологості;
- необхідне вологе прибирання приміщень не менше двох разів на день;
- дверні ручки, крани в умивальниках, поверхні унітазів повинні декілька разів на день оброблятися дезінфікуючими розчинами.

III. Як попередити зараження грипом A H1N1?

- весь персонал установи повинен часто мити руки з милом;
- на час епідемії (пандемії) персонал установи повинен носити марлеві пов'язки;
- за межами дитячої установи персоналу слід уникати перебування в місцях скупчення людей, контакту з хворими на грип людьми;

- старших дітей необхідно навчити часто мити руки з милом;
- старших дітей необхідно навчити кашляти і чхати в серветку або руку. Після чого обов'язково серветку викинути в корзину, а руки помити з милом.

IV. Дії персоналу при виявленні хворої дитини:

- при перших ознаках захворювання дитину необхідно ізолювати, після чого негайно госпіталізувати;
- до того, як дитина буде госпіталізована, не допускати контакту з нею інших дітей, персоналу, окрім тих, хто доглядає;
- особа, що доглядає за хворою дитиною, повинна носити респіратор, або двошарову марлеву пов'язку, або разову маску. Маски потрібно міняти кожні 4 години. Маска, респіратор повинні щільно примикати до обличчя. Після кожного контакту з хворим, заміни маски необхідно ретельно мити руки з милом;
- хвора дитина повинна мати окремий посуд, іграшки, горщик.

V. Дії персоналу у вогнищі після ізоляції хворого:

- після госпіталізації дитини її посуд, іграшки, горщик необхідно помити із застосуванням миючих, дезінфікуючих засобів;
- після госпіталізації дитини її постільну білизну не переносити в оберемку, після контакту з білизною хворого необхідно ретельно помити руки з милом. - не допускати до роботи осіб з ознаками грипу;
- персонал установи повинен бути щеплений проти сезонного або грипу А H1N1 (при наявності вакцини);
- особам, що були в контакті з дитиною, у якої підтверджений діагноз грипу А H1N1, необхідно провести курс хіміопрофілактики озельтамівіром.