



ROMÂNIA  
JUDEȚUL IAȘI – CONSILIUL JUDEȚEAN IAȘI  
SPITALUL CLINIC DE URGENȚĂ “PROF. DR. N. OBLU” IAȘI



Str. Ateneului nr. 2 ; Tel.: +40232- 264 271 ; Fax:  
+40232-473 676 ; e-mail: [neuroiasi@neuroiasi.ro](mailto:neuroiasi@neuroiasi.ro);  
[www.neuroiasi.ro](http://www.neuroiasi.ro)

Acreditare nr. 106/2015



Nr. 2136 / 06.02.2020

Nr. de exemplare:      Exemplar nr.     

## EDUCAȚIE SANITARĂ ȘI PREVENȚIE ÎN GRIPĂ

### Ce este GRIPA?

Gripa face parte dintr-o categorie mare de boli virale respiratorii. Astfel, există o serie de virusuri care circulă în aceeași perioadă a anului, dau simptomatologie asemănătoare gripei, dar se deosebesc de aceasta prin evoluția mai ușoară.

Gripa se transmite ușor de la om la om datorită condițiilor favorizante cum ar fi aglomerările urbane, colectivitățile de copii și adolescenți, cămine de bătrâni etc.

### Definiția Gripei:

Este o boală acută, infecțioasă, foarte contagioasă, produsă de virusul gripal, care prezintă o mare variabilitate de la an la an. Se manifestă prin simptome respiratorii și fenomene toxice generale, putând evolua uneori spre forme grave.

Sezonul rece favorizează îmbolnăvirile și epidemiile de gripă (iarna, începutul primăverii), dar nu este exclus să apară și în alte anotimpuri.

### Transmiterea :

Se transmite pe cale aeriană, de la omul bolnav la omul sănătos:

- Direct prin tuse sau strănut;
- Indirect prin obiecte proaspăt contaminate (batistă, prosop, veselă, etc.)

Contagiozitatea este mare, dar de scurtă durată ( 2 – 4 zile de la debutul bolii).

### Manifestare :

Boala debutează brusc, la 1 – 2 zile de la contactul cu omul bolnav.

**Simptome :**

- Febră 39 – 40 grade Celsius;
- Frisoane;
- Cefalee (dureri de cap);
- Dureri musculare;
- Astenie fizică (slăbiciune);
- Congestionarea faringelui (roșu în gât);
- Răgușeală până la afonie (pierderea vocii);
- Tuse frecventă, uscată, obositoare;
- Inapetență (lipsa poftei de mâncare);
- Grețuri, vărsături.

**Prevenție:** cea mai sigură metodă este **VACCINAREA ANTIGRIPALĂ**, ce trebuie efectuată în lunile octombrie-decembrie ale fiecărui an.

**Tratament:**

- Consultați medicul de familie !

## **Măsuri de prevenire a imbolnavirilor prin gripă și infecții respiratorii**

### **a) Recomandări generale pentru prevenirea imbolnăvirilor:**

1. Menținerea unei igiene corporale riguroase cu spălarea mâinilor cât mai des, mai ales după suflarea nasului și venirea în contact cu persoane bolnave;
2. Evitarea, pe cât posibil, a aglomerărilor umane și a contactului cu persoanele bolnave;
3. Evitarea automedicației și prezentarea la medicul de familie în cazul apariției unor simptome de gripă, raceală sau infecții respiratorii superioare;

4. Omul bolnav se izolează de restul familiei într-o cameră corespunzătoare din punct de vedere igienic (luminoasă, aerisită, suficient de încălzită 24 – 26 grade Celsius);
5. Persoanele bolnave vor folosi batiste igienice personale în caz de tuse sau strănut;
6. Aerisirea încăperilor cu menținerea unei temperaturi de 18-20 grade C.
7. Menținerea la domiciliu a persoanelor bolnave pentru evitarea transmiterii bolii în comunitate.
8. Evitarea vizitării bolnavilor sau suspectilor de gripă.

#### b) Vaccinarea antigripală

Reprezintă cea mai eficientă metodă de prevenire a imbolnăvirilor de gripă. Vaccinul antigripal trebuie administrat anual, în perioada octombrie-decembrie.

#### **Contraindicații:**

Vaccinul antigripal este contraindicat persoanelor cu manifestări alergice severe la ouă.

În cazul pacienților cu boli febrile sau orice infecții acute, administrarea vaccinului trebuie amânată până la vindecarea acestora.

#### **Reacții adverse :**

Reacții locale: durere, roșeață (eritem), întărirea zonei respective (indurație), vânătăie (echimoză), care dispar spontan.

**Administrare:** la cabinetele medicilor de familie!

**Intocmit,**

**Medic Șef SPIAAM,**

**Conf. Univ. Dr. Letiția Duceac**

**Doctor în științe medicale**

Conf. Univ.  
Dr. LETIȚIA DUCEAC  
medic primar  
cod parafă: 348467

