



MINISTERUL SANATAȚII
Direcția de Sănătate Publică Alba a Județului Alba
B-dul. Revoluției 1989, Nr. 23, Alba-Iulia
Tel.: 0258/835243, Fax : 0258/834600
E-mail : sanatate_publica@dspalba.ro
Website: www.dspalba.ro

Nr. 11245/08.10.2020

În atenția:

**COMITETULUI CONSULTATIV DE DIALOG CIVIC
PENTRU PROBLEMELE PERSOANELOR VÂRSTNICE ALBA**

Luna octombrie

**Campania de informare a populației privind infecția cu noul coronavirus, în contextul
apriției gripei sezoniere, măsuri de prevenire**

Recomandări generale pentru prevenirea îmbolnăvirilor prin gripă

1. Evitarea aglomerațiilor umane
2. Evitarea, pe cât posibil, a contactului cu persoanele bolnave;
3. Spălarea mâinilor tot timpul, mai ales după suflarea nasului și venirea în contact cu persoane bolnave;
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. Bolnavul va folosi batiste igienice în caz de tuse sau strănut;
6. Aerisirea încăperilor sau a birourilor cu menținerea unei temperaturi de 18-20 grade C;
7. Menținerea la domiciliu a copiilor bolnavi pentru evitarea transmiterii bolii în comunitate;
8. Evitarea vizitării bolnavilor sau suspecților de gripă.

Vaccinarea antigripală

Cea mai eficientă metodă de prevenire a îmbolnăvirilor de gripă este vaccinarea antigripală. Aceasta vaccinare protejează persoana vaccinată numai față de virusurile gripale circulante în sezonul respectiv, cuprinse în vaccin, și nu față de toate tipurile de virusuri care dau simptome asemănătoare gripei dar au evoluție mai ușoară.



MINISTERUL SANATAȚII
Direcția de Sănătate Publică Alba a Județului Alba
B-dul. Revoluției 1989, Nr. 23, Alba-Iulia
Tel.: 0258/835243, Fax : 0258/834600
E-mail : sanatate_publica@dspalba.ro
Website: www.dspalba.ro

Grupele populaționale considerate de risc și pentru care Organizația Mondială a Sănătății recomandă vaccinarea antigripală, sezon 2020-2021

1. Persoane cu vârsta cuprinsă între 6 luni – 64 ani în evidență cu afecțiuni medicale cronice pulmonare, cardiovasculare, metabolice, renale, hepatice, neurologice, diabet zaharat, obezitate, astm sau cu virusul imunodeficienței umane;
2. Copii cu vârsta cuprinsă între 6 luni – 59 luni;
3. Gravide;
4. Medici, cadre sanitare medii și personal auxiliar, atât din spitale, cât și din unitățile sanitare ambulatorii, inclusiv salariați ai instituțiilor de ocrotire (copii sau bătrâni) și ai unităților de bolnavi cronici, care prin natura activității vin în contact respirator cu pacienții sau asistații;
5. Persoane, adulți și copii, rezidente în instituții de ocrotire socială, precum și persoane care acordă asistență medicală, socială și îngrijiri la domiciliul persoanelor la risc înalt;
6. Persoane cu vârsta ≥ 65 de ani.

Vaccinarea persoanelor cuprinse în categoriile la risc va fi efectuată în rețeaua de medicină primară (medici de familie) sub coordonarea biroului de Epidemiologie din cadrul DSP Alba.

Pentru a beneficia de vaccinarea antigripală, recomandăm să vă programați la medicii de familie pentru a beneficia de vaccinare gratuită.

INFECȚIA CU SARS CoV2

Boala determinată de noul coronavirus (denumit SARS-CoV-2) este o infecție respiratorie acută care are potențialul de a deveni severă, mai ales la persoane care suferă și de alte afecțiuni severe și au sistemul imunitar slăbit. Deoarece sunt multe informații care circulă și există multa îngrijorare determinată de apariția cazurilor de infecție COVID -19 și la noi în țară este foarte important să avem informații corecte pe baza cărora să luăm decizii. Pentru a putea limita transmiterea infecției este necesar ca acțiunile noastre să fie determinate în



cunoștința de cauză, cu grijă și fără panică:-

Simptomele uzuale sunt cele ale unei "răceli", cu o severitate care poate să varieze de la simptomele simple ale unei răceli ușoare, până la pneumonie severă și insuficiență respiratorie acută (care pot să determine inclusiv decesul persoanei afectate).

Simptome cheie:

- Febră
- Tuse uscată
- Dificultate în respirație

La acestea se pot adăuga dureri musculare, oboseală, dureri de cap, dureri în gât și mult mai rar greață, vărsături, diaree.

Aceste simptome pot să fie prezente și în cazul persoanelor infectate cu virus gripal sau alte virusuri respiratorii, însă în situația unei persoane care are aceste simptome și a călătorit într-o zona cu risc mare de infectare, se poate ridica suspiciunea unei infecții cu noul coronavirus.

Infecția poate fi diagnosticată doar utilizând teste de laborator.

Infecția cu noul coronavirus este mai periculoasă pentru persoanele în vârstă cu boli asociate.

Persoanele cu vârsta peste 60 - 65 de ani care suferă de alte afecțiuni medicale, precum boli de inimă, diabet zaharat, hipertensiune arterială, boli respiratorii cronice sau cancer, au un risc mai mare de a dezvolta o formă severă de infecție cu noul coronavirus. Numărul cel mai mare de decese raportat la numărul de cazuri diagnosticate a fost înregistrat mai ales la persoanele cu vârste peste 80 de ani care aveau concomitent și alte boli.

Pana în prezent, mortalitatea a fost mai mare în rândul bărbaților, comparativ cu femeile.

Sfaturi pentru a reduce riscul de infecție cu noul coronavirus la persoanele în vârstă:

Persoanele în vârstă, mai ales seniorii care suferă de afecțiuni cronice, părinții și bunicii noștri, pot fi protejați de riscul de a fi infectați prin aplicarea regulilor generale de prevenire a infecțiilor cu transmitere pe cale respiratorie.

S-a dovedit că aceste măsuri aplicate corect reduc riscul de a fi infectat cu noul coronavirus:

- Practicarea corectă a igienei mâinilor, ori de câte ori este posibil



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
Direcția de Sănătate Publică Alba a Județului Alba
B-dul. Revoluției 1989, Nr. 23, Alba-Iulia
Tel.: 0258/835243, Fax : 0258/834600
E-mail : sanatate_publica@dspalba.ro

- Evitarea atingerii gurii, nasului și ochilor cu mâinile
- Evitarea contactului cu persoane care suferă sau sunt suspecte de boli respiratorii
- Păstrarea distanței față de alte persoane (cel puțin 1 m)
- Purtarea corectă a măștii, care să acopere nasul și gura;
- Evitarea aglomerației;
- Evitarea călătoriilor în zone afectate;
- Obținerea de informații corecte din surse de încredere.

Dacă alegeți să evitați aglomerațiile în această perioadă, o măsură corectă de limitare a riscului, nu înseamnă că trebuie să renunțați la un stil de viață sănătos: o alimentație corectă, odihnă și activitate fizică. Rămâneți în legături apropiate cu membrii familiei, păstrați prin telefon, sau email, legătura cu prietenii.

Mai multe detalii legate de infecția SARS CoV 2 găsiți pe: www.dspalba.ro și <http://www.cnschb.ro/>.

DIRECTOR EXECUTIV DSP ALBA
EC. SINEA DUMITRU ALEXANDRU

