Grypa sezonowa

Zapobieganie i kontrola zakażeń
Informacje dla pacjentów i opiekunów

NHS Greater Glasgow and Clyde

Czym jest grypa?

Grypa to ostre zakażenie wirusowe, które łatwo przenosi się z osoby na osobę. Istnieją dwa główne rodzaje grypy, typ A i typ B, które mogą występować u ludzi w każdym wieku.

Jakie są objawy grypy?

U niektórych ludzi objawy mogą być łagodne, a u innych ostre, zwłaszcza jeśli występują u nich inne schorzenia, np. choroby płuc, takie jak astma, lub choroby układu odpornościowego.
Do powszechnie występujących objawów należą:

- Gorączka i dreszcze
- Kaszel, ból gardła i cieknący lub zatkany nos
- Bóle mięśni, stawów, głowy i zmęczenie
- Mdłości, wymioty i biegunka (częściej występują u dzieci niż u dorosłych)

Jak się przenosi?

Wirusy grypy zwykle przenoszą się drogą kropelkową, gdy osoba zakażona kaszle lub kicha. Wirusy rozprzestrzeniają się również przez dotykanie powierzchni, na których znajdują się zakażone kropelki.

Osoby dorosłe, u których występuje grypa są zaraźliwe od dnia przed pojawieniem się pierwszych objawów przez następne 5-7 dni. Małe dzieci i osoby o osłabionej odporności mogą być zaraźliwe przez dłuższy okres.

Jak można zapobiec zakażeniu innych osób?

- ✓ Przy kaszlu i kichaniu należy zasłaniać usta i nos chusteczką z ligniny, a następnie wyrzucić ją od razu do kosza.
- ✓ Po kaszlu i kichaniu należy umyć ręce wodą i mydłem, wytrzeć wilgotną chusteczką do rąk lub, jeśli ręce wyglądają na czyste, zastosować dezynfekujący żel do rąk.

Postępowanie w przypadku stwierdzenia grypy u pacjenta w szpitalu

- ✓ Pacjent może zostać przeniesiony do oddzielnego pokoju, aby zapobiec przekazaniu grypy innym.
- ✓ Jeśli występuje zakażenie gardła, bardzo ważne jest stosowanie chusteczek jednorazowych przy kaszlu i kichaniu, a następnie wyrzucanie ich od razu do kosza. Następnie należy umyć ręce, a jeśli wyglądają na czyste, zastosować dezynfekujący żel do rąk.
- ✓ W trakcie opieki nad pacjentem, pracownicy służby zdrowia będą nosić żółty plastikowy fartuch jednorazowego użytku, rękawice a często także maskę na twarzy. Jeśli pacjent przenoszony jest z jednego oddziału na drugi, może również zostać poproszony o założenie maseczki, aby zapobiec rozszerzaniu się grypy.
- ✓ Pracownicy służby zdrowia poinformują pacjenta, gdy te środki ostrożności przestaną być konieczne. Jest to zwykle następnego dnia po ustąpieniu objawów, gdy wyraźnie widać poprawę stanu pacjenta.

Czy odwiedzający mnie znajomi i rodzina są narażeni na ryzyko?

Zaleca się, aby nie więcej niż 1-2 osoby odwiedzały pacjenta jednocześnie. Jeśli odwiedzający mają objawy grypy, nie powinni przychodzić z wizytą. Jeśli osoba odwiedzająca jest opiekunem pacjenta, powinna ona porozmawiać z personelem pielęgniarskim, aby ustalić, czy konieczne jest zastosowanie fartucha, rękawic i maski.

Dalszych informacji udzieli personel pielęgniarski opiekujący się pacjentem