

## **KLINIČKA SLIKA GRIPA I MERE PREVENCIJE**

Izvor: Institut za javno zdravlje ''Dr Milan Jovanović Batut''

Grip je bolest koja se kao blaga ili srednje teška leči od strane izabranog lekara, po mogućnosti u kućnim uslovima. Teža i teška klinička slika gripa leči se u stacionarnim uslovima, na sekundarnom i tercijarnom nivou zdravstvene zaštite, u zavisnosti od težine stanja obolelog.

Ø **Blagu formu bolesti** karakteriše grebanje u guši, suv nadražajni kašalj, curenje iz nosa, kijavica, lako do umereno povišena temperatura, malaksalost, što je teško razlikuje od drugih akutnih respiratornih infekcija.

Ø **Srednje tešku formu bolesti** karakterišu sledeći simptomi i znaci: temperatura preko 38°C, suv nadražajni kašalj, gušobolja, malaksalost, glavobolja, kijavica, bolovi u mišićima i zglobovima, dijareja itd.

*Napomena:*

Svim obolelim licima koja se jave zdravstvenoj službi treba dati:

- informaciju o znacima i simptomima koji ukazuju na pogoršanje bolesti ili nastanak komplikacija
- informaciju o mogućim neželjenim dejstvima ordiniranih lekova
- uputstvo da se, ukoliko i pored primljene terapije ne dođe do poboljšanja, jave telefonom izabranom lekaru
- uputstvo da se ODMAH jave telefonom nadležnom lekaru ukoliko dođe do pogoršanja zdravstvenog stanja
- uputstvo da ODMAH prijavi nadležnom lekaru svaku neželjenu reakciju nastalu kao posledica primene antivirusne terapije.

### **Oboleli koji imaju težu kliničku sliku leče se u bolničkim uslovima.**

Lekar iz primarne zdravstvene zaštite šalje pacijenta na sekundarni nivo zdravstvene zaštite (u bolnice) ukoliko je prisutno bilo koje od navedenih stanja:

1. Respiratorna ugroženost

a. otežano disanje – ne može da izgovori rečenicu bez zastajkivanja

b. upotrebljava pomoćnu respiratornu muskulaturu

- i. odrasli - uvlačenje ključnjačkih jama
- ii. deca – uvlačenje međurebarnih prostora

c. osećaj nedostatka vazduha

2. Ubrzano disanje mereno tokom pola minuta

a. odrasli > 30 /min.

b. deca starija od 1 god. > 40/ min.

c. deca mlađa od 1 god. > 50/min.

3. Znaci teške dehidracije ili šoka:

a. odrasli – sistolni pritisak < 90 mmHg, dijastolni < 60 mmHg,

b. deca – snižen elasticitet kože, upale oči, uvučena fontanela

4. Izmenjeno stanje svesti:

a. konfuznost i dublje izmene svesti

- b. uznemirenost
- c. grčevi sa poremećajem svesti

- 5. Brza progresija bolesti
- 6. poremećaji rada srca
- 7. održavanje simptoma i pored primljene terapije

## **MERE PREVENCIJE GRIPA IZAZVANOG PANDEMIJSKIM VIRUSOM INFLUENCE A (H1N1)**

### *Osnovne mere prevencije:*

1. Opšte mere prevencije, kao što su držanje odstojanja od najmanje 1 m od drugih osoba, higijena disajnih puteva (pokrivanje nosa i usta prilikom kašljanja i kihanja papirnatom maramicom koju odmah nakon upotrebe treba baciti, a ruke oprati tekućom vodom i sapunom), higijena ruku i provetranje prostorija su najefikasnije mere prevencije i suzbijanja gripa izazvanog novim virusom influence.
2. Osobama sa blagim oblikom bolesti preporučiti izolaciju i negu kod kuće do oporavka, uz maksimalno ograničavanje svih kućnih i drugih kontakata. Simptomatska terapija podrazumeva mirovanje, nadoknadu tečnosti, upotrebu antipiretika (lekova za sniženje povišene telesne temperature), a upotreba antivirusnih lekova i antibiotika sprovodi se samo po preporuci lekara. Hospitalizacija se preporučuje samo u slučaju naglog pogoršanja kliničke slike.
3. SZO preporučuje upotrebu zaštitnih maski kod učestalih i bliskih kontakata sa obolelim osobama. Po preporuci SZO treba dozvoliti nošenje zaštitnih maski na javnim mestima, iako ova mera nema gotovo nikakvog uticaja na prevenciju gripa izazvanog novim sojem virusa.

### **Postupak sa obolelima od gripa izazvanog pandemijskim virusom influence u slučaju kućne izolacije**

- Obolele osobe sa blagom simptomatologijom treba uputiti na kućno lečenje i izolaciju, uz sprovođenje higijene disajnih puteva i higijene ruku i maksimalno ograničavanje svih kućnih i drugih kontakata.
- Poželjno je odrediti jednu osobu, najbolje člana porodice, da neguje obolelu osobu kod kuće, kako bi se mogućnost daljeg širenja novog virusa gripa svela na najmanju meru.
- Obolele osobe i osobe koje neguju obolele treba obučiti kako da nose i da odlažu zaštitne maske tokom perioda kada je bolesnik zarazan za okolinu. Ukoliko maske nisu dostupne u dovoljnoj količini, važnije je da zaštitnu masku nosi obolela osoba. Zaštitnu masku treba nositi samo u slučaju bliskog kontakta sa osobom koja pruža negu. Zaštitne maske treba bezbedno odložiti, baciti ukoliko se ovlaže.
- Osobe koje neguju obolele od gripa izazvanog novim virusom influence treba da peru ruke nakon svakog kontakta sa njima.
- Osobama koje neguju obolele treba dati instrukcije kako postupiti u slučaju pogoršanja kliničke slike pacijenta.
- Sedam (7) dana nakon pojave simptoma obolele osobe nisu više zarazne za svoju okolinu.
- Svi članovi domaćinstva moraju da sprovedu higijenu disajnih puteva i higijenu ruku.
- Redovno provetravati prostorije.

- Redovno čistiti prostorije vodom i sredstvima za čišćenje ili dezinfekciju.

## **PREPORUKE ZA SUZBIJANJE ŠIRENJA PANDEMIJSKOG GRIPA U ŠKOLAMA**

### **A. Učenici/roditelji**

Radi sprečavanja unosa i širenja ovog oboljenja u školu, potrebno je da postupate na sledeći način:

Ukoliko imate simptome i znake bolesti\* potrebno je da ostanete kod kuće i javite se telefonom svom lekaru i obavestite učitelja/razrednog starešinu.

Uz savet lekara boravite u kući do prestanka simptoma, odnosno do kraja perioda zaraznosti, i ograničite – izbegavajte kontakte sa drugim osobama.

Uredno uzimajte preporučenu terapiju, u slučaju pogoršanja zdravstvenog stanja odmah se javite svom lekaru.

Obavestite o svojoj bolesti i sve osobe koje su bile u kontaktu sa vama unutar sedam (7) dana.

Ukoliko ste bili u kontaktu sa osobama obolelim od ove bolesti pratite svoje zdravstveno stanje tokom sedam dana od kontakta. U slučaju pojave simptoma ostanite kod kuće, javiti se svom lekaru i obavestite učitelja/razrednog starešinu.

Primenjivati opšte mere prevencije\*\* u sprečavanju i suzbijanju širenja gripa.

### **B. Učitelji/nastavnici/profesori**

Ukoliko imate simptome i znake bolesti potrebno je da ostanete kod kuće i javite se telefonom svom lekaru i obavestite kolegijum/direktora ustanove.

Obavestite o svojoj bolesti i sve osobe koje su bile u kontaktu sa vama unutar sedam (7) dana (kolege na poslu, odeljenje – učenike).

Uz savet lekara boravite u kući do prestanka simptoma, odnosno do kraja perioda zaraznosti (oko sedam dana), i distancirajte se od socijalnih kontakata.

Uredno uzimajte preporučenu terapiju, u slučaju pogoršanja zdravstvenog stanja odmah se javite svom lekaru.

Ukoliko ste bili u kontaktu sa osobama obolelim od ove bolesti pratite svoje zdravstveno stanje tokom sedam dana od kontakta. U slučaju pojave simptoma ostanite kod kuće, javiti se svom lekaru i obavestite kolegijum/direktora ustanove.

Svako odsustvo đaka u odeljenju čiji ste učitelj/razredni starešina prijavite radniku škole koji će biti od strane kolegijuma/direktora određen da vodi evidenciju o odsustvovanju sa nastave pre svih đaka i nastavnog osoblja, a potom i drugih zaposlenih u ustanovi (nedeljna ili dnevna evidencija o zdravstvenom stanju u odeljenju, koja se u pisanoj formi izjave/informacije dostavlja osobi koja vodi evidenciju i komunicira sa nadležnom zdravstvenom/epidemiološkom službom).

Često tokom dana provetravati prostorije u kojima se sprovodi nastava.

Organizovati zdravstvenovaspitni rad o opštim merama prevencije gripa primereno uzrastu, u saradnji sa domom zdravlja ili IZJZ/ZZJZ.

\*Oboljenje slično gripu (OSG) je ono kod kojeg postoji iznenadna pojava temperature (iznad 38°C), praćena bolovima u mišićima i zglobovima, suvim kašljem i simptomima od strane gornjih disajnih puteva.

\*\*Shodno preporukama SZO opšte mere prevencije, kao što su držanje odstojanja od najmanje 1 m od drugih osoba, higijena disajnih puteva (pokrivanje nosa i usta prilikom kašljanja i kihanja papirnatom maramicom koju odmah treba nakon upotrebe baciti, a ruke oprati tekućom vodom i sapunom), higijena ruku i provetravanje prostorija u kojima se boravi, su efikasne mere prevencije i suzbijanja gripa izazvanog novim tipom virusa A (H1N1).