



INFLUENZA A (H1N1)

ISTRUZIONI PER L'USO

PANDEMIA VUOL DIRE DIFFUSIONE MONDIALE DEL VIRUS E NON MALATTIA GRAVE.

(I SINTOMI SONO UGUALI A QUELLI DELL'INFLUENZA COMUNE)

COSA FARE PER PROTEGGERSI?

LA VIA PRINCIPALE DI TRASMISSIONE E' SEMPRE TRAMITE LE GOCCIOLINE ESPULSE MENTRE SI PARLA, SI TOSSISCE O SI STARNUTISCE QUINDI:

-EVITARE STRETTO CONTATTO CON PERSONE AMMALATE

-EVITARE LUOGHI AFFOLLATI (ES :CENTRI COMMERCIALI)

-LAVARE REGOLARMENTE E FREQUENTEMENTE LE MANI CON ACQUA E SAPONE E, SE NON DISPONIBILI, SOLUZIONI DETERGENTI A BASE DI ALCOOL.

-EVITARE DI TOCCARE OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI NON PULITE.

-COPRIRE BOCCA E NASO CON FAZZOLETTO DI CARTA QUANDO SI TOSSISCE O STARNUTISCE E GETTARLO NELLA SPAZZATURA AD OGNI USO.

-AERARE REGOLARMENTE LE STANZE DI SOGGIORNO

COME FACCIAMO A SAPERE SE HO L'INFLUENZA A:

I SINTOMI SONO SIMILI A QUELLI DELL'INFLUENZA "COMUNE" E SONO CARATTERIZZATI DA FEBBRE, TOSSE, MAL DI GOLA, DOLORI MUSCOLARI, MAL DI TESTA, BRIVIDI E STANCHEZZA. PIU' RARAMENTE DIARREA E VOMITO.

IN QUESTO CASO :

- **RIMANERE A CASA (DAL LAVORO, DALLA SCUOLA..) ALMENO FINO A 24 ORE DOPO LA SCOMPARSA DELLA FEBBRE.**
- **EVITARE IL CONTATTO CON ALTRE PERSONE**
- **COPRIRE NASO E BOCCA QUANDO SI TOSSISCE O SI STARNUTISCE , EVENTUALMENTE USARE UNA MASCHERINA SE TOLLERATA.**
- **BUTTARE SUBITO I FAZZOLETTI O LE MASCHERINE USATE**
- **PULIRE LE MANI**
- **RIPOSO E BERE MOLTI LIQUIDI**
- **NON E' NECESSARIO USARE FARMACI (ANTIVIRALI O ANTIBIOTICI) TRANNE GLI ANTIPIRETICI (PARACETAMOLO E IBUPROFENE) OCCASIONALMENTE AL BISOGNO.**
- **NON USARE MAI NEI BAMBINI L'ASPIRINA.**

E SE STO ALLATTANDO? L'ALLATTAMENTO E' PROTETTIVO

QUANDO CONSULTARE IL PEDIATRA?

NON RECARSI DI PROPRIA INIZIATIVA NELLO STUDIO DEL PEDIATRA O IN PRONTO SOCCORSO MA CONSULTARE TELEFONICAMENTE IL PEDIATRA O LA GUARDIA MEDICA SE:

- **IL BAMBINO PRESENTA SINTOMI D'ALLARME : RESPIRO DIFFICOLTOSO O TROPPO FREQUENTE, PALLORE ECCESSIVO, DISIDRATAZIONE, VOMITO PERSISTENTE, SCARSA REATTIVITA' O IRRITABILITA' ECCESSIVA O RICOMPARSA DI FEBBRE E TOSSE DOPO LA REMISSIONE DEI SINTOMI INFLUENZALI.**
- **IL BAMBINO APPARTIENE AD UNA CATEGORIA AD ALTO RISCHIO: DIABETE, CARDIOPATIE, MALATTIE IMMUNITARIE, MALATTIE RESPIRATORIE CRONICHE.**