



Κιλκίς: 04 /03/ 2011

Ενημέρωση για τη Γρίπη

Την περίοδο αυτή έχουν εμφανιστεί κρούσματα Γρίπης και ίσως της γνωστής H1N1, δηλαδή της Γρίπης που απασχόλησε προ έτους τη Δημόσια Υγεία.

Η εμφάνιση κρουσμάτων από τον ιό της Γρίπης H1N1, από φέτος και κάθε χρόνο είναι αναμενόμενη, διότι πλέον το στέλεχος του ιού αυτού αποτελεί μια από τις ενδεχόμενες παραλλαγές της εποχιακής γρίπης. Ένα σημαντικό μέρος του πληθυσμού έχει ανοσοποιηθεί ήδη είτε λόγω εμβολιασμού είτε λόγω μόλυνσης κατά το παρελθόν έτος. Συνεπώς δεν υπάρχει ανησυχία για πανδημία με ότι αυτό συνεπάγεται. Η βαρύτητα της γρίπης αυτής δεν διαφέρει από την κοινή γρίπη συνεπώς αντιμετωπίζεται με τον ίδιο τρόπο.

Ως πάγια σύσταση για όλους τους χώρους, προτείνεται **ο καλός αερισμός των χώρων, η αποφυγή συγχρωτισμού, η ατομική καθαριότητα και ειδικότερα το πλύσιμο χεριών**.

Όσοι μαθητές ανήκουν στις ομάδες υψηλού κινδύνου, δηλαδή διαβητικοί, ασθενείς με ανοσοκαταστολή, καρδιολογικό ή αναπνευστικό πρόβλημα υγείας οφείλουν να εμβολιαστούν κατά της γρίπης. Το εμβόλιο καλύπτει όλα τα πιθανά στελέχη αυτής.

Προτάσεις για προς προστασία τόσο από τον H1N1 όσο και από τις άλλες παραλλαγές της γρίπης, που πάντοτε αυτή την εποχή προκαλούν κρούσματα,

- Δεν χρησιμοποιούμε προσωπικά αντικείμενα άλλων συμμαθητών μας.
- Αποφυγή της επαφής των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα.
- Δεν πίνουμε νερό απευθείας από τις βρύσες αλλά από δικό μας μπουκάλι.
- Συχνό πλύσιμο των χεριών.
- Κάλυψη με χαρτομάντηλο του στόματος και της μύτης σε βήχα ή φτέρνισμα.
- Συχνός αερισμός των χώρων (σχολείου και σπιτιού).
- Σε περίπτωση που κάποιος μαθητής/μαθήτρια εμφανίσει συμπτώματα γρίπης, πρέπει να παραμένει στο σπίτι .

Οι εκπαιδευτικοί του 7^{ου} δημοτικού σχολείου Κιλκίς