

OSNOVNE ČINJENICE
INFLUENCA - GRIPA
Uputstva za dječije vrtiće

Influenca (gripa) je respiratorno oboljenje koje se lako prenosi. Karakteriše je iznenadni napad visoke temperature, bolova u tijelu, bolova u grlu, glavobolje i kašlja, a kod djece takode može izazvati proljev i povraćanje.

- Svaki član kolektiva, ili dijete za kojeg se sumnja da je obolio od gripe ne bi trebalo da dolazi u dječiji vrtić.
- Često perite ruke mlakom vodom i sapunom trljajući 15 sekundi (ovo je generalno dužina pjevanja ABC-de). Posušite ih papirnim ubrusom ili automatima za sušenje ruku. Malu djecu bi trebalo naučiti i pomoći im da pravilno peru ruke. Zahode bi trebalo provjeravati redovno i obezbijediti dovoljno sapuna i peškira.
- Pravilno pranje ruku je naročito važno nakon brisanja vlastitog ili tuđeg nosa, ili nakon kontakta sa pljuvačkom ili slinom.
- Gripa se može prenositi kašljanjem i kihanjem. Zbog toga obezbijedite papirne maramice za jednokratnu upotrebu. I radno osoblje i djeca bi trebali da pokriju usta kod kašljanja i da koriste maramice kad kišu ili brišu nos. Maramice treba baciti odmah nakon upotrebe, a ruke oprati. (Ako nemate uslova za pranje ruku, čistite ruke gelom koji sadrži alkohol.) Pobrinite se da u dječijim vrtićima i u kolima bude dovoljno papirnih maramica za kihanje i brisanje nosa.
- Radno osoblje i djeca (pogotovo oni sa medicinskim problemima i djeca između 6 i 23 mjeseca starosti), te svako ko želi umanjiti rizik od dobijanja gripa, trebali bi da prime vakcinu. Nije kasno dobiti vakcinu protiv gripe niti u sredini sezone gripa.
- Obično se ne preporučuje zatvaranje dječijih vrtića u slučaju epidemije.
- Sva djeca i radno osoblje bi trebali da izbjegavaju zajedničku upotrebu čaša, viljuški, kašika, četkica za zube i igračkica.
- U dječijim vrtićima često čistite površine za zajedničku upotrebu, poput kvaka na vratima, ograda, površina za jedenje i igračkica. Dnevno bi trebalo koristiti komercijalna sredstva za dezinfekciju ili izbjeljivač pomiješan sa vodom (omjer 1/4 šolje izbjeljivača na 1 galon vode).

Ko treba da primi vakcinu protiv gripe: (Dodatne informacije možete dobiti od vašeg ljekara ili lokalne zdravstvene ustanove)

Radno osoblje:

- Osobe 50 godina starosti i više.
- Žene koje će biti u drugom ili trećem tromjesečju trudnoće u vrijeme sezone gripa.

Djeca:

- Djeca između 6 i 23 mjeseca, njihova braća i sestre do 18 godina starosti, te svi ukućani koji spadaju u rizičnu grupu.
- Svako stariji od 6 mjeseci kojima je te godine potrebna regularna medicinska njega ili bolničko liječenje zbog oboljenja poput šećerne bolesti, raka, hroničnog oboljenja bubrega, srca ili pluća i sl.
- Svako u dobi između 6 mjeseci i 18 godina starosti koje primaju dugoročnu aspirinsku terapiju i kojima prijeti opasnost pojave Rejevog sindroma koji prati virusna oboljenja. (Rejev sindrom-Upala mozga često smrtonosna, posebno u dječijoj dobi, praćena visokom temperaturom, povraćanjem, poremećajem rada jetre i oticanjem bubrega i mozga.

Svi:

- Članovi domaćinstva (uključujući i djecu) u kojem živi osoba koja spada u rizičnu grupu.
- Svaka osoba koja ne želi dobiti gripu.