



LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA

Biudžetinė įstaiga, Vilniaus g. 33, LT-01506 Vilnius, tel. (8 5) 266 1400,

faks. (8 5) 266 1402, el. p. ministerija@sam.lt, <http://www.sam.lt>.

Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 188603472, PVM mokėtojo kodas LT 100001082215

INFORMACINIS PRANEŠIMAS

2013 02 05

Gripas: kas rekomenduojama epidemijos metu

Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos duomenimis, 5-ąją šių metų savaitę (sausio 28 d. – vasario 3 d.) sergamumas gripu ir ūmių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų (ŪVKTI) sukeltomis ligomis visoje Lietuvoje peržengė epideminį lygį. 170,2 susirgimo atvejų per savaitę teko 10 tūkst. gyventojų. Į gydymo įstaigas dėl gripo kreipėsi 1322 žmonės, hospitalizuoti – 611 asmenų, iš kurių 365 – iki 18 m. Nuo gripo ir jo komplikacijų mirė 5 žmonės(jie nebuvo pasiskiepiję). Gripo epidemija paskelbta 27 savivaldybėse. Sergamumas gripu auga visoje Europoje, dominuoja pandeminis gripo virusas. Sveikatos apsaugos ministerija primena, kad gripo epidemijos metu būtina laikytis rekomendacijų.



Mažiausias sergamumo gripu ir ŪVKTI rodiklis praėjusią savaitę registruotas Tauragės administracinėje teritorijoje (100,08 atv./10 000 gyv.), o didžiausias – Telšių administracinėje teritorijoje (214,4 atv./10 000 gyv.). Iš 10000 Vilniaus regiono gyventojų gripu ir kitomis peršalimo ligomis serga 153,7 pacientai.

Epidemijos metu gyventojams rekomenduojama:

- Saugotis peršalimo, vengti bendrauti su sergančiais;
- Pasirinkti šiam metų laikui tinkamus drabužius bei apavą, daugiau būti ore, valgyti daugiau vaisių, daržovių;
- Gerai vėdinti ir drėgnu būdu valyti patalpas (ypač jei jose gyvena, dirba ar lankosi daug žmonių);
- Dažnai plauti rankas;
- Vengti masinių susibūrimo vietų, nesant būtinybei nesinaudoti viešuoju transportu, geriau vieną kitą stotelę nukulniuoti pėstute;
- Pasirinkti individualias laisvalaikio praleidimo priemones;
- Vengti kontakto su sergančiais, nuo kosinčio ar čiaudinčio kolegos pravartu pasitraukti nors per metrą;
- Pasireiškus pirmiesiems susirgimo požymiams, sergantįjį (pagal galimybes) izoliuoti nuo sveikųjų;
- Vienintelė efektyviausia priemonė nuo gripo yra skiepai, jeigu dar nespėjote pasiskiepyti, turite paskutinę galimybę tai padaryti. Pasiskiepijus jau užsikrėtusiam gripu ar užsikrėtus iš karto po skiepo, skiepas nuo ligos neapsaugos, bet ir nepakenks. Tiems kurie nespėjo užsikrėsti gripu po 2 savaitių jau bus susiformavusi pakankama apsauga nuo trijų gripo viruso padermių.

Susirgus rekomenduojama :

- Nesigydyti patiems, kreiptis į medikus dėl gydymo paskyrimo;
- Slaugant ligonį, nosį ir burną dengti vienkartinė kauke ir ligoniui, ir sveikajam;
- Naudoti daug skysčių, geriau su vitaminu C;
- Kuo dažniau plauti rankas, ypač aptarnavus ligonį ir prieš valgį;
- Sergančiųjų vaikų neleisti į vaikų kolektyvus bei lankyti sergančių draugų;
- Kosėjant ir čiaudėjant, užsidengti burną ir nosį vienkartinė nosine arba rankove (geriausiai alkūnės linkyje). Jei prisidengėte burną ir nosį delnu, tuojau pat nusiplaukite rankas.

Informacija apie gripą – <http://www.sam.lt/go.php/lit/IMG/574>

Daugiau informacijos:

SAM Ryšių su visuomene skyrius, N. Samp, tel. (8 5) 266 1411, natalja.samp@sam.lt, www.sam.lt

RYŠIŲ SU VISUOMENE SKYRIUS

tel. (8 5) 266 1411, 266 1415

el. paštas: info@sam.lt

PRIIMAMASIS

(8 5) 268 5110

Nemokamas tel. 8 800 66 004