



NOVEL H1N1 GRIPE

FAQ BOSANSKI

Šta je novo u vezi sa gripom tipa "Novel H1N1"?

Novel H1N1 je grip sličan običnom gripu, ali je uzrokovan novim (novel) virusom. Ovaj novi virus je prvi put otkriven u U.S. u Aprilu 2009. Kod nekih ljudi, H1N1 bolest može imati veoma teške posljedice za neke ljude, može dovesti do oboljenja zbog kojeg mogu biti smješteni na bolničko liječenje i čak u ekstremnim slučajevima može dovesti i do smrti. Takodje je važno napomenuti da se dosta ljudi oporavi od gripe bez potrebe za medicinskom pomoći.

Kojaje razlika izmedju Novel H1N1 gripe i "Svinjske Gripa"?

Nema nikakve razlike. Bolest je upočetku zvana "swine flu" (Svinjska Gripa) zato što je virusna genetička šifra veoma slična. Istraživači su od tada utvrdili da virus ima genski afinitet za ljude, svinje i ptice ("Ptičija Gripa"). Bilo da se zove "Novel H1N1" gripa, Svinjska gripa, ili Novel infektivna prehlada tipa A, uzrokovana je sa istim virusom.

Čou-la sam o pandemiji gripe. Šta je to?

Svjetska organizacija za zaštitu zdravlja (World Health Organization, WHO) objavilaje pandemiju gripe tipa H1N1 u Junu 2009. "Pandemic" znači da novi virus, kao što je Novel H1N1 virus, je bio otkriven u mnogim zemljama u cijelom svijetu i širi se veoma brzo i lako sa osobe na osobu.

Kako se širi Novel H1N1 viru?

Vjeruje se da Novel H1N1 virus se širi na isti način kao sezonska gripa. Virus gripe se uglavnom širi sa osobe na osobu kroz kašalj i kihanje. Ponekad osobe mogu "pokupiti" virus i postati zaraženi ako dotiču obkekte i stvari koji su predhodno postali kontaminirani tjelesnim tečnostima osoba predhodno zaraženim virusom (slinom, pluvačkom i sl).

Koji znakovi i simoptomi Novel H1N1 gripe kod ljudi?

Simptomi Novel H1N1 gripe kod ljudi uključuju: kašalj, upaljeno grlo, začepljeni nos sa iscijedkom, tjelesna slabost i bol u mišićima, glavobolje, groznice, i nesvjestica. Značajan broj ljudi zahvaćen ovom bolešcu pokazuje gastrointerstinalne smetnje popraćene povraćanjem i proljevom. Teška bolest pa čak i smrt mogu biti posljedica ovog virusnog oboljenja.

Kako oboljela osoba moze prenijeti zarazu drugima?

Ljudi zaraženi običnom sezonskom gripom pa i Novel H1N1 gripom šire virus i mogu da zaraze druge od jedan dan prije pojave prvih simptoma do pet do sedam dana poslije prestanka simptoma gripe. Ovo može potrajati kod nekih starosnih grupa ljudi, a naročito djece a i kod ljudi sa oslabljenim odbrabeno-imunoloskim sistemom.

Jeli postoji vakcina za Novel H1N1 gripu?

Proizvodjači rade uzurbano na proizvodnji vakcine protiv Novel H1N1 gripe. Očekuje se da će biti spremna u Octoberu 2009. U Medjvremenu, CDC (Centers for Disease Control and Prevention) u prevodu "Zavod za zaštitu Zdravla" savjetuje da svako dobije sezonsku vakcinu protiv gripe.

Postoje li lijekovi protiv Novel H1N1 gripe?

Da. CDC predlaže da se uzima protivivirusni lijek OSELTAMIVIR (Tamiflu®) ili ZANAMIVIR (Relenza®) za terapiju i prevenciju infekcije. Protivirusni lijekovi su lijekovi koji se mogu dobiti samo uz liječnički recept i to su lijekovi koji se bore protiv bolesti tako što zaustavljaju i usporavaju process razmnožavanja virusa u vasem tijelu. Ako ste bolesni, protiv virusni lijekovi mogu ublažiti simptome bolestii pomoći bržem oporavku zarazene osobe. Takodje podpomažu u izbjegavnju ozbiljnijih komplikacija usljed oboljenja. Za terapiju ovi lijekovi najbolje pomažu ako se počnu uzimati jedan do dva dana nakon početka ukazivanja simptoma.

Šta mogu ja da uradim da se zaštitim od infekcije ?

Postoje opšte upute kojih bi svako trebao da se pridržava kako bi spriječili širenje respiratornih zaraznih bolesti kao što je Novel H1N1 gripa.

- Upotrebjavaj papirne maramice, naročito ako kašlješ i kišes, da pokriješ usta i nos.
- Često peri ruke sa toplom vodom i sapunom, naročito ako kašljete ili kišete. Alkoholne otopine za čišćenje ruku (Hand Sanitizer) su takodje prihvatljivi.
- Nastoj da ne diraš oči, usta ili nos.
- Nastoj da izbjegneš blizak kontakt sa bolesnim i zaraženim osobama.
- U slučaju da postaneš zaražen ostani kod kuće, ne idi na posao ili u školu, i izostani od istih najmanje 24 sata nakon prestanka simptoma i ako više nemaš temperature. Takodje limitiraj kontakte sa ostalim ljudima zato da ih nebi zarazio.
- Čisti deterđentom i alkoholom stvari koje se najcesće diraju prljavim rukama kao što su šteke na vratima, telefonske slušalice, slavine za vodu i ručke raznih pomagala koje svi koriste i dotiču kao naprimjer kolica za kupovinu u samoposlugama.

Postoji li još išta što bih mogao uraditi?

Da. Jedna od najvažnijih stvari koje bi trebao da uradiš za slučaj bilo koje nužde a ne samo pandemije gripe je da za sebe i svoje ukućane pripremiš paket stvari neophodnih za preživljavanje u kraćem vremenskom period. Ovaj paket bi trebao da sadrži stvari kao što su: industrijski zapakovane flaše pitke vode, hrana koja se ne kvari (suhi hljeb-dvopek) i konzerve, Tranzistorski radio aparat na baterije, baterisku lampu, paket prve pomoći i sve druge stvari koje ti misliš mogu zatrebati tebi i tvojoj porodici u kraćem vremenskom period. (Da bi saznao više o ovome možete posjetiti internet sajt adresu www.dhss.mo.gov/Ready_in_3.) Naročito je važno da ostanete informisani i stoga svakodnevno, u skladu sa vašim mogućnostima slušajte i gledajte informacije sa lokalnih radio i tv stanica.

Dali ja mogu dobiti Novel H1N1 gripu ako jedem ili priprema svinjsko meso?

(pošto se ova gripa jos zove "Svinjska Gripa")

Ne. Virus gripe se ne prenose putem hrane. Ne možeš dobiti Novel H1N1 gripu ako jedeš svinjsko meso ili proizvode spravljene od svinjskog mesa. Jedenje pravilno kuhanog ili pripremljenog svinjskog mesa je sigurno.

Za više informacija kontaktirajte:

Zavod za zaštitu zdravlja (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) www.cdc.gov/h1n1flu