

Kendinizi ve başkalarını koruyunuz.

H1N1 Gribi 09 (Domuz Gribi) Kamuoyuna bilgi

23 Haziran 2009

Turkish

Hepimize görev düşmektedir.

Hem kendinizi hem de çevrenizdekileri koruyunuz.

İçinde bulunduğumuz grip mevsimi önemli ölçüde dikkat gerektirmektedir. Bu mevsimde görülen grip türlerinin yanısıra, ülkemizde yeni bir grip türü daha ortaya çıkmıştır.

Kendinizi rahatsız hissederseniz aşağıdaki tedbirleri alarak kendinizi ve çevrenizdekileri koruyunuz:

- Gripe benzer ancak hafif bir rahatsızlığı olanlar evde durmalıdır.
- Gripe benzer orta derecede belirtileri olan kişiler önce telefon ederek doktor ile görüşmeli ve sonra doktora gitmelidir.
- Sadece ciddi şekilde hasta olan kişiler hastanelerin acil servisine başvurmalıdır.

Gripe benzer belirtileri olan kişi ile yakın teması olan kişiler ve aynı evde kalan kişiler karantinaya alınmayacaktır.

Sadece gripten dolayı ciddi bir sağlık sorunu yaşama riski fazla olan kişilere antiviral ilaç verilecektir.

Koruyucu aşı yaptırınız

Mevsimlik grip için yapılan koruyucu aşı Domuz Gribinden korunma sağlamamaktadır — ancak 65 yaş üzeri yaşlılar ve kronik hastalığı olanlar gibi risk grubundaki kişiler için mevsimlik gribe karşı koruyucu olmaktadır.

Şahsi temizlik çok önemlidir

Sağlık açısından hijyen (temizlik) kurallarına uymanız gribe yakalanma veya başkalarına bulaştırma ihtimalini azaltabilir.

- Öksürdüğünüzde veya hapsirdiğinizde kağıt medil ile burun ve ağızınızı kapatınız.
- Kağıt mendili kullandıktan sonra plastik torba bulunan çöp bidonuna atınız.

- Ellerinizi, özellikle de öksürdükten veya hapsirdikten sonra, sabun ve su ile yıkayınız. İçinde alkol bulunan el temizlik maddeleri de etkili olmaktadır.
- Gözlerinize, burnunuza veya ağızınıza dokunmayınız. Mikroplar bu yollarla bulaşmaktadır.

'Koruma' aşamasının anlamı

Victoria ve Avustralyanın büyük bölümünde Domuz Gribini kontrol altında tutmak için 'Koruma' aşamasına geçilmiş bulunmaktadır. Bu nedenle Victoria eyaletinde çalışmaların ağırlığı aşağıdaki hususlara kaydırılmıştır:

- Hamile kadınlar, aşırı kilolu (obez) kişiler, kronik ve nefes yolu hastalıkları olan kişiler gibi riskli gruptakilerin tedavi edilmesi.
- Yaşlı bakım evleri gibi riskin yüksek olduğu yerlerde salgının kontrol altında tutulması.

Okullar grip nedeni ile otomatik olarak kapatılmayacaktır. Aniden gribe benzer belirtiler gösteren çocuklar iyileşinceye kadar okuldan uzak tutulmalıdır.

Bazı kişiler için risk daha fazladır

Eğer aşağıdaki durumlarda biri varsa, sizin için risk daha fazladır:

- Hamile iseniz
- Obez (aşırı kilolu) iseniz
- Şeker hastalığı gibi bir kronik hastalığınız varsa
- Astım gibi bir nefes yolu hastalığınız varsa

Eğer her hangi bir endişeniz varsa, doktorunuz ile görüşünüz.

Domuz Gribi hakkında bilgi

H1N1 Influenza 09 gribi (Domuz Gribi) nedir?

H1N1 Influenza 09 gribi (Domuz Gribi) yeni bir grip virüsünün neden olduğu bir hastalıktır.

İlk işaretleri ve belirtileri nedir?

İnsanlarda görülen H1N1 İnfluenza 09 gribi (Domuz Gribi) hastalığının belirtileri normal grip belirtilerine benzemektedir; ateş, öksürük, boğaz ağrısı, kas ağrısı, baş ağrısı, üşüme ve halsizlik.

Bazı kişilerde ishal ve kusma da görülmektedir.

H1N1 tipi grip ne kadar ciddi bir hastalıktır?

Bu yeni hastalık 'orta' derecede ciddi hastalık olarak sınıflandırılmıştır. Bunun anlamı, vakaların çoğu (%95) hafif geçmektedir. Ancak, %5'lik kısmı ağır geçmektedir, diğer bir deyişle bu hastaların hastaneye veya yoğun bakıma kaldırılması gerekebilmektedir.

Yeni bir grip türü ortaya çıkmıştır ve her yeni grip türünde olduğu gibi, bu grip türü de ölümlere neden olabilir. Bu ölümlerin riski yüksek gruplarda görülmesi ihtimali daha fazla olmakla birlikte, genç yetişkinler ve ergenlik çağındaki gençler de dahil olmak üzere genel toplum içinde de ölümlü vaka ihtimali vardır.

Normal mevsimlik grip – bilgi:

- Her yıl yaklaşık bir milyon Avustralyalı mevsimlik gribe yakalanmaktadır.
- Ortalama olarak her yıl 2,500 kişi mevsimlik grip ten dolayı ölmektedir.

Halen, gribe benzer hafif belirtiler gösteren kişilerin çoğu, her hangi bir tedaviye gerek kalmadan tamamen iyileşmektedir.

Domuz Gribi nasıl yayılmaktadır?

Domuz Gribi virüsü bulaşıcıdır ve normal grip gibi yayılmaktadır. Grip virüsleri öksürme veya hapşırma yolu ile kişiden kişiye bulaşmaktadır.

Bazen grip virüsü bulunan bir şeye dokunan ve sonra da ağızına veya burnuna dokunan kişiler de gribe yakalanabilmektedir.

Domuz Gribi olan bir kişi ne kadar süreyle bunu başkalarına bulaştırabilir?

Domuz Gribi virüsü hastalığın başlamasından sonraki 7 gün boyunca bulaşıcı olabilmektedir.

Virüs bir kişinin elinde beş dakikaya kadar yaşayabilmektedir. Ellerinizi sık sık yıkamanız çevrenizdeki şeylere dokunma yolu ile hastalık bulaşması ihtimalini azaltacaktır.

Çocuklar, özellikle de küçük çocuklar, daha uzun süre bulaşıcı kalabilmektedir.

Hükümet bu konuda ne yapmaktadır?

Ülkemizin en yetenekli sağlık uzmanları bu konu üzerinde çalışmaktadır.

Victoria eyaleti yeni grip türünü aşağıdaki şekilde izlemektedir:

- Virüsü daha iyi tanımamıza yardımcı olması ve en çok kimler için risk arz ettiğinin tespiti için tüm ağır vakalar incelenmektedir.
- Pandemik planımız uygulanmaktadır. Bunlar içinde:
 - Tedavinin riskin fazla olduğu, hastalıktan daha fazla etkilenen gruplara yapılması
 - Aile hekimleri, eczaneler ve hastaneler ile işbirliği
 - Çalışmalarımızı ve kaynaklarımızı ihtiyacın ve grip vakalarının en çok olduğu yerlere yönlendirilmesi bulunmaktadır.

DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN:

İnternet sayfasına bakınız www.health.vic.gov.au

Domuz Gribi (Swine İnfluenza) Bilgi Hattını Tel 180 2007 arayınız

Uzman sağlık bilgisi ve tavsiye için (24 saat, 7 gün) Hemşirelik Hattı Nurse-on-Call arayınız Tel. 1300 606 024