ROMÂNIA

MINISTERUL SĂNĂTĂŢII

DIRECŢIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ JUDEŢEANĂ SUCEAVA

**720223, SUCEAVA, Str. Scurtă, Nr. 1A,**

**Telefon: 0230/514557;0330/401136-7;0330/401436-7 Fax: 0230/515089**

**COD FISCAL 4244920,CONT RO63TREZ59120E365000XXXX, TREZ SUCEAVA**

**e-mail:** **dspsv@dspsv.ro** **web:** [**www.dspsv.ro**](http://www.dspsv.ro)

**Operator date cu caracter personal nr.33948**



COMUNICAT DE PRESĂ

Afecţiunile clinice compatibile cu gripa, infecţiile respiratorii acute şi infecţiile respiratorii acute severe monitorizate la nivelul județului nostru în cursul lunii decembrie se află în intervalul aşteptat pentru această lună.

În cadrul Sistemului de supraveghere de rutină a infecțiilor respiratorii și a gripei, furnizorii de servicii medicale de la nivelul județului Suceava au raportat cele mai multe îmbolnăviri la începutul lunii decembrie, în săptămâna 03-09 decembrie fiind diagnosticați cei mai mulți pacienți cu infecții acute ale căilor respiratorii superioare (2125) și cu pneumonii (494), ulterior numărul îmbolnăvirilor de acest tip fiind în scădere.

Din totalul pacienților diagnosticați în luna decembrie cu infecții acute ale căilor respiratorii superioare 1,92% au necesitat internare, iar dintre cei diagnosticați cu pneumonii 22,66% au fost internați în spitale.

Spre deosebire de luna noiembrie când cele mai multe cazuri diagnosticate au fost la grupa de vârstă 15-49 de ani, în luna decembrie cele mai multe cazuri diagnosticate au fost înregistrate la grupa de vârstă 5-14 ani.

Cazurile internate au predominat, la fel ca în luna anterioară, la grupele de vârstă de 0-1 an și 2-4 ani.

A continuat și în luna decembrie vaccinarea populației din grupele considerate de risc. Dacă la începutul acestei luni fuseseră vaccinate un număr de 20.843 de persoane, la sfârșitul lunii decembrie, numărul de persoane din grupele de risc vaccinate a crescut la 32.514.

În sezonul 2018-2019 în județul nostru nu a fost confirmat nici un caz de gripă, dar am fost informați de către Centrul Regional de Sănătate Publică Iași că au fost detectate pe teritoriul Moldovei virusuri gripale. Direcția de Sănătate Publică Județeană Suceava a transmis spitalelor recomandări specifice.

 În acest context vă informăm că persoanele în vârstă, copiii şi bolnavii cronici sunt cei mai expuşi la afecțiuni respiratorii, pentru că sistemul lor imunitar este mai fragil.

În perioada următoare pot să apară în circulaţie virusuri responsabile de „gripele false”, dar şi virusuri ale „gripei adevărate”. În cazul gripelor false acţionează sute de virusuri şi simptomele sunt moderate: strănut, scurgeri nazale, tuse productivă, lăcrimare, durere de gât, febră moderată, durere de cap. Dimpotrivă, gripa propriu-zisă se manifestă prin simptome severe: frisoane, febră 39-40 de grade Celsius, dureri de cap, tuse seacă rebelă, rinită, stare generală alterată.

Şi complicaţiile sunt diferite. În cazul virozelor sau „gripelor false”, complicaţiile sunt: sinuzita, otita (mai ales la copii). În cazul gripei: otita, bronşita, pneumonia, encefalita.

În aceste condiţii este bine să fim întotdeauna atenţi la alarmele de circulaţie gripală, să încercăm să evităm persoanele contaminate, aglomeraţiile umane şi să respectăm câteva reguli generale de prevenţie:

- spălaţi-vă mâinile temeinic ori de câte ori este nevoie şi învăţaţi şi copiii despre importanţa igienei;

- curăţaţi şi dezinfectaţi vesela şi tacâmurile, mai ales dacă unul din membrii familiei este bolnav; spălaţi jucăriile copiilor după ce au fost folosite;

- folosiţi şerveţele de hârtie pentru a vă acoperi gura şi nasul când tuşiţi sau strănutaţi; aruncaţi-le imediat după folosire şi spălaţi-vă pe mâini;

- evitaţi aglomeraţiile de persoane şi contactul prelungit cu cineva care are o viroză;

- dormiţi bine şi mâncaţi sănătos, echilibrat pentru a nu vă slăbi imunitatea şi a nu deveni vulnerabili la infecţii; o dietă echilibrată, care pune accent pe fructe proaspete şi legume, cereale şi cantităţi mici de carne slabă, permite organismului să se concentreze la apărarea împotriva virusurilor mai mult decât la digestie.

- beţi cât mai multe lichide, pentru a vă hidrata suficient. Apa, sucurile naturale, ceaiurile calde cu lămâie şi miere şi supele calde de pui sunt cele mai bune alegeri. În plus, ajută la diminuarea simptomelor. Evitaţi alcoolul, cofeina şi renuntaţi la fumat, pentru că acestea pot duce la deshidratare şi astfel la agravarea simptomelor;

- staţi acasă şi odihniţi-vă dacă aveţi febră, vă curge nasul sau tuşiţi; purtaţi o mască peste nas şi gură dacă locuiţi sau munciţi alături de persoane cu boli cronice sau cu o imunitate scăzută;

- păstraţi-vă camera caldă, dar nu o supraîncălziţi; dacă aerul este uscat, folosiţi un vaporizator pentru a vă reduce congestia nazală şi a vă atenua tusea;

- folosiţi picături pentru nas, în special cele pe bază de apă de mare, care nu sunt iritante şi nu dau dependenţă.

Şi nu în ultimul rând, este bine să se ştie că antibioticele nu ajută în viroze; acestea se folosesc numai în momentul în care se complică o viroză respiratorie, inclusiv gripa, cu o infecţie bacteriană.

Dr. Liliana GRĂDINARIU