



DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ PRAHOVA

Ploiești, 100022, str. Take Ionescu nr.13

Telefon: 0244-522201, Fax: 0244-523471

Mail: secretariat@dspph.ro Web: www.dspph.ro

Nr.....

Data

24754

07.12.2012

COMUNICAT DE PRESĂ

Prevenirea infectiilor respiratorii in anotimpul rece

Pentru prevenirea imbolnavirilor prin gripa si infectii respiratorii, D.S.P.-Prahova face urmatoarele **recomandari generale populatiei**:

- pastrarea unei igiene corporale riguroase cu spalarea frecventa a mainilor (cu apa si sapun) , mai ales dupa suflarea nasului si venirea in contact cu persoane bolnave;
- evitarea, pe cat posibil, a aglomerarilor umane si a contactului cu persoanele bolnave;
- izolarea bolnavului de restul familiei intr-o camera corespunzatoare din punct de vedere igienic (luminoasa, aerisita, suficient de incalzita 24-26 grade Celsius);
- folosirea batistelor de unica folosinta , in caz de tuse sau stranut;
- aerisirea incaperilor sau a birourilor, cu mentinerea unei temperaturi de 18-20 grade Celsius;
- izolarea la domiciliu a bolnavilor, pentru evitarea transmiterii bolii in comunitate;
- evitarea vizitarii bolnavilor / suspectilor de gripa sau purtarea unei masti de protectie pe durata vizitei;
- alimentatie bogata in proteine (lapte, carne, oua), in vitamine si saruri minerale (din legume si fructe proaspete sau conservate fara prelucrare termica);
- evitarea automedicatiei cu antibiotice si prezentarea la medicul de familie in cazul aparitiei unor simptome de gripa, guturai sau alte infectii ale cailor respiratorii superioare (febra peste 38 grade C, frisoane, oboseala, tuse, dureri musculare, de cap si in gat, secretii nazale);
- vaccinarea antigripala –in special a persoanelor cu risc (personalul medical, gravidele, persoanele in virsta de peste 65 ani, bolnavii cronici)

**DIRECTOR EXECUTIV,
Dr. Ion Alexandru BALOI**



**COMP.PROMOVAREA SANATATII
Dr.George PUNGARU**