

Η γρίπη μπορεί να σκοτώσει. Η προφύλαξη σώζει

Επιστήμες / Ιατρική - Βιολογία



Καθώς τα θύματα της γρίπης έχουν ήδη φτάσει τα 63 ενώ 21 ακόμα άτομα νοσηλεύονται σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας, οι Λοιμωξιολόγοι στέλνουν σήμα κινδύνου προς τις ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού και ιδιαίτερα προς τους ηλικιωμένους, τονίζοντας το ζωτικής σημασίας ρόλο της προφύλαξης την περίοδο αυτή

Ενώ λοιπόν ο κατάλογος των θυμάτων μεγαλώνει, σύμφωνα με τα στοιχεία του ΚΕΕΛΠΝΟ, συνολικά στις Μονάδες Εντατικής Θεραπείας της χώρας μας είχαν μέχρι χτες νοσηλευτεί 134 άτομα.

«Δυστυχώς οι κακές καιρικές συνθήκες με τις χαμηλές θερμοκρασίες και τον συγχρωτισμό των ανθρώπων σε κλειστούς χώρους, ευνοούν την μετάδοση της γρίπης, η οποία βρίσκεται σε έξαρση» αναφέρει η Λοιμωξιολόγος Αθηνά Στούπη και

«Παρά το γεγονός ότι σε λίγες ημέρες μπαίνουμε στην Άνοιξη η επιδημία της γρίπης συνεχίζεται αμείωτη, καθώς εκτός των καιρικών συνθηκών φαίνεται πως τα ατομικά μέτρα προφύλαξης έχουν ατονήσει».

Σύμφωνα με τους λοιμωξιολόγους μέτρα προφύλαξης για την γρίπη πρέπει να συνεχίσουν να λαμβάνουν:

- Οι ηλικιωμένοι
- Οι ανοσοκατεσταλμένοι
- Άτομα με χρόνια αναπνευστικά νοσήματα, καρδιοπάθειες, σακχαρώδη διαβήτη,
- Άτομα με χρόνια νεφρική ανεπάρκεια,
- Έγκυες γυναίκες,
- Άτομα με αιματολογικά και ρευματολογικά νοσήματα, κλπ.

ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ - ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Αν κάποιος ανήκει σε μια από τις παραπάνω ομάδες, οφείλει να γνωρίζει ότι οι αναπνευστικοί ιοί μεταδίδονται με τα σταγονίδια όταν έρχονται σε επαφή με τα χέρια και γι αυτό θα πρέπει :

- Να αποφεύγει τις άσκοπες μετακινήσεις με τα μέσα μαζικής μεταφοράς
- Να μη συμμετέχει σε κλειστές κοινωνικές εκδηλώσεις, όπου συγκεντρώνονται πολλά άτομα, καθώς και να αποφεύγει την παρακολούθηση παραστάσεων σε κλειστό χώρο
- Να πλένει συχνά τα χέρια του, ενώ σε κοινόχρηστους χώρους όπου δεν έχει τη δυνατότητα να πλένει τα χέρια του, να αποφεύγει να πιάνει πόμολα, αλυσίδες λαβές λεωφορείων κλπ.
- Οι έγκυες γυναίκες πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικές όταν εκτίθενται σε κίνδυνο και να εφαρμόζουν με μεγαλύτερη προσήλωση τα μέτρα υγιεινής.

Αν κάποιος προσβληθεί από γρίπη εμφανίζει διάφορα συμπτώματα τα οποία διαρκούν από 2-7 ημέρες, ενώ ο βήχας μπορεί να διαρκέσει πολύ περισσότερο.

Τα βασικά συμπτώματα της γρίπης είναι :

- Υψηλός πυρετός

- Πονοκέφαλος,
- Έντονοι μυϊκοί πόνοι,
- Γενική καταβολή,
- Βήχας,
- Πονόλαιμος,

«Τα άτομα των ευπαθών ομάδων όταν εμφανίσουν συμπτώματα γρίπης θα πρέπει ΑΜΕΣΑ να συμβουλευονται τον γιατρό τους» προσθέτει η κ Στούπη και εξηγεί.

«Οι επιπλοκές της γρίπης μπορεί να είναι σοβαρές, ιδιαίτερα σε άτομα υψηλού κινδύνου, όπως: πνευμονία, αφυδάτωση, κρίσεις άσθματος σε άτομα με ιστορικό άσθματος, έξαρση χρόνιας βρογχίτιδας, επιδείνωση καρδιολογικών νοσημάτων, απορρύθμιση σακχαρώδους διαβήτη, κλπ.»

<http://bitly.com/1DbMdH1>