

Preporuka roditeljima i starateljima u slučaju pandemije

Najvažnije mjere o higijeni i ponašanju u slučaju oboljenja

Poslije ljetnog odmora u Švicarskoj će doći do češćeg pojavljivanja gripe. "Normalna" sezonalna gripa i „svinjska“ gripa (gripa A(H1N1)) izazivaju i prenose se virusima. Virus se prenose sa jedne osobe na drugu putem sitnih kapljica (na primjer kihanjem, kašljanjem, pričanjem) ili preko prljavih površina (na primjer brave na vratima, ruke). Dosadašnja saznanja pokazuju da virus A(H1N1) nije agresivniji od virusa normalne sezonalne gripe. Bez obzira na to očekuje se puno veći broj oboljelih osoba.

Jednostavne mjere mogu pomoći u zaštiti djece od oboljenja odnosno u spriječavanju proširenja gripe:

- **Redovno i temeljito pranje ruku sa vodom i tečnim sapunom – ruke posušiti maramicama za jednokratnu upotrebu**
- **Kihati i kašljati isključivo u papirnu maramicu. Ukoliko nemate maramicu kod sebe onda kišite u rukav odnosno prinesite licu skupljen lakat**
- **Nakon upotrebe baciti papirne maramice u korpu za smeće koja se zatvara i ruke temeljito oprati**
- **Redovno provjetranje i zračenje prostora u kojem se živi**

Dodatne zaštitne mjere ako ste imali kontakt sa oboljelom osobom:

- **Ne pozdravljajte se rukom, zagrljajem ili poljubcem**
- **Ako je moguće držite se 1 metar udaljeni od drugih ljudi**
- **Posuđe i pribor za jelo ne dijelite sa drugim osobama**

Ukoliko dijete pokazuje simptome gripe (visoka temperatura preko 38 stepeni, malaksalost, bolovi mišića, kašalj, bolovi grla i glave), ono treba da ostane i bude njegovano kod kuće. U školu treba ponovo da krene najranije jedan dan nakon što su simptomi nestali. U slučaju nepovoljnog razvoja bolesti kontaktirajte telefonski kućnog ljekara. Nastojte da izbjegnute odlazak u bolnicu (hitna pomoć). Izbjegavajte samoinicijativno davanje antivirusnih tableta koje nije ljekar propisao (na primjer tamiflu). Sestre i braća ukoliko su zdravi idu i dalje normalno u školu.

Kantonalna vlada je odlučila da se nastava u školama mora redovno odvijati. O eventualnom zatvaranju škole odlučuje kantonalna ljekarska služba. U slučaju oboljenja nastavnog osoblja, škola treba u skladu sa svojim mogućnostima da i dalje vodi brigu o učenicama i učenicima. Ako škola ne bi bila u stanju da pruži ove usluge, u tom slučaju odlučuje lokalna vlast o zatvaranju škole iz organizacijskih razloga (pomanjkanje radne snage).

Dalje informacije o viralnim gripalnim bolestima pogledajte na internetu:

www.ag.ch/pandemievorsorge ili www.pandemia.ch.

Ako imate još pitanja obratite se kućnim ljekarima. Oni će rado dati daljne informacije.