SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

RegioneEmilia-Romagna

INFLUENZA A H1N1
La prevenzione è nelle tue mani

Informazioni utili per proteggersi e contrastare la diffusione del virus

È una infezione virale acuta dell'apparato respiratorio. È causata da un nuovo virus influenzale A H1N1 che ha dimostrato la capacità di propagarsi molto rapidamente in tutto il mondo. È caratterizzata da manifestazioni cliniche lievi. Come l'influenza stagionale, può causare complicazioni e un peggioramento di patologie croniche preesistenti.

Si trasmette per via aerea (colpi di tosse o starnuti), ma anche attraverso materiale infetto (esempio fazzolettini usati) e contatti stretti con le persone malate (baci, abbracci, …).

Cosa fare per proteggere se stessi e gli altri

LAVARE LE MANI
Accuratamente e più volte al giorno, sempre con acqua e sapone. In particolare, dopo aver tossito, starnutito, essersi soffiati il naso.

TOSSIRE O STARNUTIRE IN UN FAZZOLETTO DI CARTA
Quando si tossisce o starnutisce, tenere un fazzoletto di carta davanti a naso e bocca.

GETTARE IL FAZZOLETTO DI CARTA
Dopo l'uso gettare sempre il fazzoletto di carta nel cestino dei rifiuti e lavarsi le mani accuratamente con acqua e sapone.

PROVVEDERE AD UNA PICCOLA SCORTA DI MASCHERINE IGIENICHE
Vanno usate in caso di malattia o di assistenza ad una persona malata. Le mascherine igieniche sono disponibili in commercio.

MANTENERE PULITE LE SUPERFICI
Maniglie, interruttori, telefoni, tastiere, tavoli e altre superfici comuni possono venire contaminati con diversi tipi di batteri e virus. Pulire e disinfettare regolarmente queste superfici.

Quali sono i sintomi

I sintomi dell'influenza sono febbre improvvisa, di norma superiore a 38 gradi, e manifestazioni respiratorie (tosse, mal di gola, raffreddore) associati ad almeno uno dei seguenti sintomi: brividi, dolori muscolari, dolori articolari e, in particolare nei bambini, mal di pancia, diarrea o vomito.

Le indicazioni da seguire in caso di sintomi

RIMANERE A CASA
L'influenza A H1N1 si manifesta nella grande maggioranza dei casi con sintomatologia lieve. È opportuno rimanere a casa (evitare anche le strutture sanitarie se non indispensabile), restare a riposo, e limitare i contatti con altre persone per evitare di diffondere la malattia. In caso di contatti, indossare la mascherina igienica.

CONSULTARE IL MEDICO O IL PEDIATRA DI FAMIGLIA
Se i sintomi influenzali persistono per alcuni giorni e la febbre rimane elevata, o se compaiono sintomi respiratori più importanti, è opportuno contattare telefonicamente il medico di famiglia. Per i bambini più piccoli e per le persone con gravi patologie preesistenti all'infezione influenzale occorre consultare tempestivamente pediatra e medico di famiglia.

LA VACCINAZIONE CONTRO L'INFLUENZA A H1N1
Una misura fondamentale per proteggersi dall'influenza e contrastare la diffusione del virus è la vaccinazione. Pertanto, quest'anno, alla consueta vaccinazione contro l'influenza stagionale, si affianca la vaccinazione contro l'influenza da virus A H1N1.

Per informazioni
Per sapere quali sono i gruppi di persone alle quali vengono proposte le vaccinazioni gratuite (contro l'influenza stagionale e contro l'influenza A H1N1) e quali sono le modalità di somministrazione dei vaccini, telefonare al **numero verde gratuito del Servizio sanitario regionale:**

NumeroVerde **800 033033**

tutti i giorni feriali dalle ore 8,30 alle ore 17,30
il sabato dalle ore 8,30 alle ore 13,30

www.saluter.it