



PAŃSTWOWY POWIATOWY INSPEKTOR SANITARNY W BYDGOSZCZY

85-079 Bydgoszcz, ul. T. Kościuszki 27
tel./fax 052 515 40 20, fax 52 584 11 44

e-mail: psse.bydgoszcz@pis.gov.pl
www.ppis.bydgoszcz.pl

NEP.072.2.2013

Bydgoszcz, dnia 11.01.2013 r.

Dyrektor

Adam Ferek

Wydział Zarządzania Kryzysowego

ul. Grudziądzka 9-15

85-130 Bydgoszcz

Powołując się na zalecenia wydane przez Główny Inspektorat Sanitarny, Departament Zapobiegania oraz Zwalczania Zakażeń i Chorób Zakaźnych u Ludzi, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy przesyła w załączeniu informację na temat postępowania profilaktycznego wobec osób podejrzanych o zakażenie wirusem grypy, w tym podtypem A/H1N1.

Osoby, u których występuje jeden lub więcej z poniższych objawów takich jak gorączka, bóle głowy, bóle mięśni, ból gardła, katar, dreszcze, poczucie ogólnego rozbicia - mogą być chore na grypę. W celu zapobieżenia zachorowaniu i dalszemu szerzeniu się grypy sezonowej zaleca się:

1. Regularne, coroczne szczepienie przeciwko grypie.
2. Regularne mycie rąk. Częste mycie rąk wodą i mydłem, a w przypadku, gdy nie jest to możliwe środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu, zmniejsza ryzyko zakażenia.
3. Unikanie bliskiego kontaktu z osobami chorymi.
4. W przypadku wystąpienia objawów grypowych pozostanie w domu, a gdy konieczne jest przebywania poza domem - unikanie tłumu i masowych zgromadzeń.
5. Zakrywanie ust i nosa podczas kaszlu oraz kichania, najlepiej przy pomocy chusteczki, ewentualnie rękoma, które następnie należy umyć wodą i mydłem lub środkiem dezynfekującym na bazie alkoholu.

Państwowy Powiatowy
Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy
/podpis nieczytelny/

dr n. med. Arkadiusz Kuźniński