



ANVISNINGAR FÖR INFLUENZA A(H1N1)V -SMITTAN

En vid influensaepidemi väntas sprida sig i Finland på hösten. Influensan kommer huvudsakligen att vara lindrig. Influensasymptomen är akut hög feber (över 38 °C, över 38,5 °C för barn under 3 år) samt symptom i de övre luftvägarna så som hosta och halsont. Övriga symptom så som diarré kan förekomma.

En person, som inte lider av andra sjukdomar och som har lindriga influensasymptom behöver inte besöka läkare eller behandlas med virusläkemedel. Egenvårdsmediciner kan användas vid behov för influensasymptom.

Personer som hör till en riskgrupp bör kontakta hälsocentralen genast när de känner sig sjuka. Till riskgrupper hör personer som lider av:

- hjärt- och lungsjukdomar som kräver regelbunden medicinering samt diabetes (inte lindrig blodtryckssjukdom)
- kronisk lever- eller njurinsufficiens
- sjukdom som nedsätter motståndskraften eller patienter som behandlas med immunnedsättande vård
- kronisk neurologisk eller neuromuskulär sjukdom
- sjuklig övervikt (BMI över 40)

- gravida kvinnor (under hela graviditeten och 4 veckor efter förlossningen)
- personalen inom hälso- och sjukvården som vårdar influensapatienter

Patienter som hör till en riskgrupp behandlas med 5 dagars virusläkemedelskur. Medicinen är som effektivast mot influensasymptom om medicineringen börjas inom 48 timmar från de första symptomen.

Om Du hör till en riskgrupp, försök undvika kontakt med dem som har insjuknat i influensa.

För att inte sprida smittan borde alla som har insjuknat stanna hemma ungefär en veckas tid efter att symptomen har förekommit. De som är sjuka skall stanna i separat rum från de andra familjemedlemmar. Man ska täcka munnen och näsan med en engångsnäsduk då man nyser eller hostar. Det bästa sättet att hindra influensa från att spridas är att tvätta händerna ofta och omsorgsfullt med tvål och vatten eller med desinfierande handduk.