

## Quando consultare un medico

**Se ci si ammala e si è già affetti da una malattia cronica o si è in gravidanza** è consigliabile consultare telefonicamente il proprio medico di fiducia che deciderà le cure del caso.



**Se si hanno sintomi gravi** è necessario chiamare subito il proprio medico o cercare assistenza medica.

Eventuali accessi all'ambulatorio vanno concordati con il medico in modo da ridurre al minimo il contatto con altri pazienti.

## La vaccinazione

Il vaccino sarà offerto secondo le priorità stabilite dal Ministero della Salute: al personale sanitario, ai gruppi di persone a rischio di complicanze gravi, agli addetti a servizi essenziali.

Le modalità di svolgimento della campagna vaccinale saranno divulgate attraverso stampa e televisione.



## Uso della mascherina

E' scientificamente dimostrato che l'uso di mascherine chirurgiche non è utile ridurre la circolazione dell'influenza nella popolazione.

Può essere utile invece far indossare la mascherina ad un malato, quando non è possibile isolarlo dalle altre persone.

# frena l'influenza

**lavati le mani**

**copri la tosse**

**rimani a casa se ti ammali**

Per ulteriori approfondimenti:

consulta il sito: [www.ulss.tv.it](http://www.ulss.tv.it)

chiamaci al numero: 0422 323888

## la Pandemia di influenza

# A / H 1 N 1 v

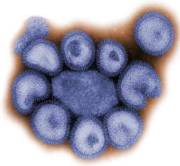


**perché è importante la  
pandemia**

**cosa fare per  
proteggersi**

**cosa fare quando  
ci si ammala**

## La nuova pandemia



La Pandemia è un'epidemia di influenza diffusa in tutto il mondo. La Pandemia fa ammalare molte più persone rispetto alla normale influenza stagionale perché è causata da un virus nuovo (il virus A/H1N1v), non conosciuto dalle nostre difese immunitarie, tuttavia attualmente è meno grave dell'influenza stagionale.

## Come si trasmette il virus

Il virus A/H1N1v si trasmette facilmente tra le persone quando sono vicine, attraverso le goccioline prodotte quando si starnutisce, si tossisce o si parla oppure toccando superfici contaminate (es. mani, maniglie di porte).



## I sintomi dell'influenza

- febbre improvvisa superiore a 38°C
- brividi, emicrania, dolori muscolari e articolari;
- raffreddore, tosse secca e mal di gola;
- difficoltà respiratorie;
- mal di pancia, diarrea o vomito.



## Cosa fare per proteggersi dall'influenza e rallentare la diffusione del virus

### 1. Lavarsi le mani

- lavare le mani accuratamente (palmo, dorso e tra le dita) con acqua calda e sapone per almeno 15-20 secondi
- asciugarle con asciugamano personale o con carta monouso o sotto un getto d'aria
- se mancano acqua e sapone si possono usare salviettine o gel disinfettanti



### 2. Tossire e starnutire in un fazzoletto di carta



- usare fazzolettini di carta per coprire bocca e naso in caso di tosse o starnuti e gettarli immediatamente nella spazzatura
- se non si ha a disposizione un fazzolettino di carta è opportuno tossire e starnutire nella piega del gomito
- dopo aver tossito o starnutito, lavarsi sempre le mani con sapone e acqua calda o con gel a base alcolica

### 3. Rimanere a casa quando ci si ammala

Le persone malate devono rimanere a casa dal lavoro o da scuola per non diffondere l'infezione

## Cosa fare quando ci si ammala

### 1. Rimanere a casa



Se si avvertono sintomi dell'influenza, è necessario rimanere a casa fino a 24 ore dopo che la febbre è scomparsa senza l'uso di farmaci antipiretici (Tachipirina ecc.).

Prevedendo di dover rimanere a casa per circa una settimana, può essere utile preparare una scorta dei farmaci di utilizzo abituale, alcuni farmaci sintomatici, fazzoletti e altre cose che potrebbero essere necessarie, cibo compreso.



### 2. Restare in "isolamento"

Soggiornare in una stanza solo per sé o rispettare la distanza di 1 metro dalle altre persone; in alternativa indossare mascherine "chirurgiche".

**Seguire sempre le regole di igiene** (vedi pagina a fianco)

Si raccomanda in particolare a tutti i malati di evitare il contatto con le persone già affette da una malattia cronica o in gravidanza.

### 3. Curare l'influenza a casa

Si possono assumere farmaci sintomatici (antipiretici, antinfiammatori, balsamici...) e va rispettato il riposo.



E' opportuno che i malati che non presentano sintomi di complicanze non si rechino al Pronto Soccorso o in ambulatori medici.