

# CUM SĂ NE FERIM DE GRIPA AVIARĂ

## Infectarea omului cu virusul gripei aviare

În mod normal, virusul gripei aviare produce îmbolnăviri în rândul păsărilor. Boala la om a apărut în special la lucrătorii din fermele de păsări, în urma contactului direct cu păsările bolnave. Conform Organizației Mondiale a Sănătății, la data de 4 noiembrie nu existau cazuri de transmitere a gripei aviare în rândul oamenilor.

## Pot fi prevenite și evitate epidemiile de gripă ?

Experiența arată că epidemiile de gripă apar, în medie, de trei, patru ori într-o sută de ani, când un nou subtip de virus apare și se transmite ușor de la o persoană la alta. Ținând cont de acest lucru, experții consideră că o altă epidemie de gripă este posibil să se producă în viitorul apropiat.

Nu călătoriți în timp ce sunteți bolnavi și feriți-vă de contactul cu alte persoane cât de mult posibil pentru a împiedica răspândirea oricărei boli infecțioase.

## Semnele gripei umane sunt:

- ♦ Febră
- ♦ Dureri în gât
- ♦ Tuse
- ♦ Respirație dificilă
- ♦ Dureri musculare

Gripa aviară este o boală a păsărilor. Măsurile de prevenire de mai sus sprijină efortul mondial de a preveni trecerea virusului la om. La acest moment (Noiembrie 2005) au fost raportate cazuri de transmitere a virusului de la păsări la om în Asia dar nu există dovezi de transmitere a virusului de la o persoană la alta.

Gripa umană însă este foarte întâlnită la oameni mai ales toamna și iarna dar gripa umană nu este gripă aviară.



**USAID**  
DIN PARTEA POPORULUI AMERICAN



MINISTERUL  
SĂNĂTĂȚII

# MĂSURI NECESARE PENTRU A SCĂDEA RISCURILE DE ÎMBOLNĂVIRE

- Opriiți răspândirea epidemiei la păsările domestice prin evitarea contactului dintre păsările domestice și cele sălbatice; acest lucru scade posibilitatea ca omul să vină în contact direct cu virusul.
- Evitați zonele în care există păsări infectate cu virusul gipei aviare;
- Informați autoritățile sanitar-veterinare despre orice caz de deces al păsărilor domestice din gospodărie sau a celor sălbatice din împrejurimi, pentru ca aceștia să poată colecta cadavrele de păsări și să limiteze focarul de infecție.
- Nu atingeți păsările bolnave sau moarte și mai ales supravegheați copiii și nu-i lăsați să se joace cu păsări bolnave sau moarte.
- Țineți păsările domestice închise în curte.
- Măsuri de igienă:
  - ☞ Spălați-vă pe mâini cu apă și săpun, mai ales după ce atingeți păsări; în lipsa apei și a săpunului, ștergeți mâinile cu spirt;
  - ☞ Este interzis consumul de păsări care au fost în contact cu păsări bolnave / moarte precum și consumul de ouă de la păsările bolnave;
  - ☞ Se interzice consumul de produse din carne de pasăre, fără ca aceasta să fie foarte bine preparată (foarte bine fiartă, friptă sau coaptă)
- Când preparați hrana:
  - ☞ Separați carnea crudă de cea gătită sau de alimentele care sunt gata de consumat;
  - ☞ Nu folosiți același cuțit sau instrument de tăiat pentru a pregăti carnea crudă și alimentele care sunt preparate sau gătite;
  - ☞ Spălați-vă pe mâini între atingerea alimentelor crude și a celor gătite;
  - ☞ Nu puneți carnea gătită pe aceeași farfurie sau suprafață pe care a fost așezată când era crudă. Gălbenușurile de ou, după fierbere sau prăjire, nu trebuie să fie lichide sau să se scurgă.
  - ☞ Înainte de a fierbe sau a prăji ouăle, spălați-le cu apă și săpun iar după aceea spălați-vă din nou pe mâini tot cu apă și săpun.
  - ☞ Nu folosiți ouă fierte moi sau crude în alimente care nu vor fi apoi fierte, prajite sau puse la cuptor. Trebuie să știți că virusurile gripale sunt distruse prin prelucrare termică (adică prin căldură).
  - ☞ După ce atingeți păsări sau ouă crude, spălați-vă pe mâini și spălați toate suprafețele și instrumentele folosite, atent, cu apă și săpun.
  - ☞ Cumpărați carne de pasăre, ouă și produse din carne de pasăre numai din surse de încredere!

În noiembrie 2005 nu există dovada că gripa aviară se transmite de la o persoană la alta. Cazuri rare de transmitere de la păsări la oameni au fost găsite în Asia. În cazul în care contactați gripa umană sau vă îmbolnăviți în urma contactului cu păsări bolnave sau moarte, consultați medicul de familie pentru tratament.