



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

Ταχ. Δ/ση : Π.Π. Γερμανού 98
Ταχ. Κωδ. : 262 25
Πληροφορίες: Δ. Δανίκας
Ο. Πολυχρονοπούλου
Τηλέφωνο : 2613 620758,740
Fax : 2610316759

Πάτρα , 22-10-2018
Αρ. πρωτ.: 324001/3459

ΠΡΟΣ: Περιφερειακή Δ/ση Π/θμιας &
Δ/θμιας Εκπ/σης Δυτικής Ελλάδας

ΚΟΙΝ: Γενική Δ/ση Δημόσιας Υγείας &
Κοινωνικής Μέριμνας Π.Δ.Ε.

ΘΕΜΑ: Οδηγίες για την εποχική γρίπη.

Η Δ/ση Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων της ενημερώνει και φέτος αναφορικά με την πρόληψη και αντιμετώπιση της εποχικής γρίπης.

Παρακαλούμε όπως προωθήσετε το συνημμένο έγγραφο στις Δ/σεις Α/θμιας & Β/θμιας Εκπ/σης Ν. Αχαΐας, Ηλείας & Αιτ/νίας , αποσκοπώντας στην ενημέρωση και λήψη προστατευτικών μέτρων.

Παραμένουμε στη διάθεσή σας για κάθε περαιτέρω πληροφορία.

Συνημμένο: (1) φύλλο

-Ο-

ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΤΗΣ Δ/ΝΣΗΣ

ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΛΑΜΠΟΣ



Αντίγραφο
μεθόδους παράδοσης

Ευαγγελίνα Νταλαγάνη

Πάτρα , 22-10-2018

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**ΕΠΟΧΙΚΗ ΓΡΙΠΗ**

Η Δ/ση Δημόσιας Υγείας της Π.Δ.Ε. στα πλαίσια των αρμοδιοτήτων της , προάγοντας και προασπίζοντας τη Δημόσια Υγεία , σας ενημερώνει και φέτος αναφορικά με την εποχική γρίπη , σύμφωνα και με την εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας για την εποχική γρίπη 2018-2019.

- Η δραστηριότητα της εποχικής γρίπης εμφανίζεται στα μέσα φθινοπώρου , αυξάνεται κατά τον Ιανουάριο και κορυφώνεται Φεβρουάριο – Μάρτιο.
- Η γρίπη είναι λοίμωξη του αναπνευστικού και μεταδίδεται εύκολα , κυρίως με το βήχα και το φτάρνισμα , μέσω των σταγονιδίων.
- Εκδηλώνεται με πυρετό, ρίγος, καταρροή , πονόλαιμο, βήχα , μυαλγίες , πονοκέφαλο και αίσθημα κόπωσης (πιο σπάνια παρατηρούνται έμετοι ή/και διάρροιες). Η διάρκεια της νόσησης είναι περίπου μία(1) εβδομάδα κατά την οποία πρέπει να παραμένουμε κατ' οίκον.
- Ο έγκαιρος εμβολιασμός είναι ο αποτελεσματικότερος τρόπος πρόληψης. Διενεργείται σε παιδιά και σε ενήλικες κατόπιν ιατρικής σύστασης και εφόσον συντρέχουν λόγοι υγείας ,που το συνιστούν.
- Η λήψη ατομικών και ομαδικών μέτρων υγιεινής είναι απαραίτητη για την προστασία από την γρίπη , τον περιορισμό της και για την αποφυγή εξάπλωσής της.
- Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε καλύπτουμε το πρόσωπο με χαρτομάντιλο μιας χρήσης ή φταρνιζόμαστε στο εσωτερικό του αγκώνα μας. Ακολούθως , πετάμε το χαρτομάντιλο στα σκουπίδια και πλένουμε τα χέρια μας.
- Αποφεύγουμε την επαφή με το στόμα , τη μύτη και τα μάτια.
- Πλένουμε τακτικά τα χέρια μας με νερό και με σαπούνι.
- Αποφεύγουμε γενικότερα συνωστισμό και συγχρωτισμό σε κλειστούς χώρους.
- Μεριμνούμε για τακτικό αερισμό των κλειστών χώρων και για τον σχολαστικό καθαρισμό τους.
- Απαραίτητη η αποχή των μαθητών από τα μαθήματά τους και των εργαζομένων από την εργασίας τους όταν εμφανίζουν κάποιο από τα συμπτώματα της γρίπης τόσο για τη δική τους προστασία όσο και για περιορισμό μετάδοσης της νόσου.

Λάβετε τα απαραίτητα προληπτικά και προστατευτικά μέτρα για τον εαυτό σας και για τους γύρω σας.

Απευθυνθείτε και ενημερωθείτε για τη γρίπη από τον παθολόγο σας ιατρό ή τον παιδίατρό σας.