

# Influenza A H1N1

## La prevenzione è nelle tue mani

tracce.com

### Informazioni utili per proteggersi e contrastare la diffusione del virus

È una infezione virale acuta dell'apparato respiratorio. È causata da un nuovo virus influenzale A H1N1 che ha dimostrato la capacità di propagarsi molto rapidamente in tutto il mondo. È caratterizzata da manifestazioni cliniche lievi. Come l'influenza stagionale, può causare complicazioni e un peggioramento di patologie croniche preesistenti.

Si trasmette per via aerea (colpi di tosse o starnuti), ma anche attraverso materiale infetto (esempio fazzolettini usati) e contatti stretti con le persone malate (baci, abbracci, ...).

#### Cosa fare per proteggere se stessi e gli altri



##### LAVARE LE MANI

Accuratamente e più volte al giorno, sempre con acqua e sapone. In particolare, dopo aver tossito, starnutito, essersi soffiati il naso.



##### TOSSIRE O STARNUTIRE IN UN FAZZOLETTO DI CARTA

Quando si tossisce o starnutisce, tenere un fazzoletto di carta davanti a naso e bocca.



##### GETTARE IL FAZZOLETTO DI CARTA

Dopo l'uso gettare sempre il fazzoletto di carta nel cestino dei rifiuti e lavarsi le mani accuratamente con acqua e sapone.



##### PROVVEDERE AD UNA PICCOLA SCORTA DI MASCHERINE IGIENICHE

Vanno usate in caso di malattia o di assistenza ad una persona malata. Le mascherine igieniche sono disponibili in commercio.



##### MANTENERE PULITE LE SUPERFICI

Maniglie, interruttori, telefoni, tastiere, tavoli e altre superfici comuni possono venire contaminati con diversi tipi di batteri e virus. Pulire e disinfettare regolarmente queste superfici.

#### Quali sono i sintomi

I sintomi dell'influenza sono febbre improvvisa, di norma superiore a 38 gradi, e manifestazioni respiratorie (tosse, mal di gola, raffreddore) associati ad almeno uno dei seguenti sintomi: brividi, dolori muscolari, dolori articolari e, in particolare nei bambini, mal di pancia, diarrea o vomito.

#### Le indicazioni da seguire in caso di sintomi

##### RIMANERE A CASA

L'influenza A H1N1 si manifesta nella grande maggioranza dei casi con sintomatologia lieve.

È opportuno rimanere a casa, restare a riposo, e limitare i contatti con altre persone per evitare di diffondere la malattia.

In caso di contatti, indossare la mascherina igienica.

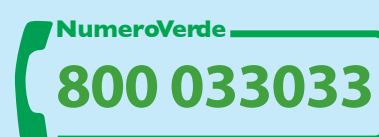
##### CONSULTARE IL MEDICO O IL PEDIATRA DI FAMIGLIA

Per indicazioni sulla malattia e sui farmaci da utilizzare mettersi in contatto con il medico o con il pediatra di famiglia.

Si ricorda che in caso di influenza è sconsigliata l'assunzione di farmaci a base di acido acetilsalicilico (aspirina) in particolare da parte di bambini e ragazzi; in ogni caso consultare al riguardo il proprio medico.

#### PER INFORMAZIONI

Numero verde gratuito del Servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna



tutti i giorni feriali dalle ore 8,30 alle ore 17,30  
il sabato dalle ore 8,30 alle ore 13,30

[www.saluter.it](http://www.saluter.it)