

L-Influwenza H1N1

Prevenzjoni

L-influwenza tixtered meta persuna infettata tisgħol jew tagħtas, u b'hekk l-virus jixtered fl-arja u fuq l-ghamara u oġġetti oħra (il-virus jibqa' attiv għal diversi sigħat). L-infezzjoni ma tittehidx mill-laħam tal-majjal. Biex tevita li tiehu l-marda:

1. Evita kuntatt ma' nies morda bid-deni jew bl-influwenza.
2. Aħsel idejk spiss bl-ilma u s-sapun, alcohol wipe jew alcohol wash, speċjalment qabel l-ikel jew qabel tmiss wiċċek.
3. Naddaf l-uċuħ bħall-pumijiet u viti ta' spiss b'deterġent.

S'issa m'hawnx tilqima kontra dan il-mikrobu imma nittamaw li fix-xhur li ġejjin it-tilqima tkun lesta biex tingħata lill-pubbliku.

Is-Sintomi

Is-sintomi tal-influwenza H1N1 huma simili għas-sintomi tal-influwenza normali.

1. Deni u tkexkix ta' bard
2. Sogħla, imnieher inixxi/imblukkat, u uġiġh fil-grizmejn
3. Uġiġh mal-ġisem kollu u uġiġh ta' ras
4. Ghejja
5. Dijarea u rimettar.

Naturalment mhux kull min għandu dawn is-sintomi bil-fors għandu l-influwenza. Jekk taħseb li jista' jkollok l-influwenza, tmurx l-isptar, imma ċempel lit-tabib tiegħek jew il-helpline 2132 4086.

Kura

1. Mistrieh id-dar. Evita kuntatt ma' persuni oħra u ħruġ.
2. Aħsel idejk ta' spiss, speċjalment qabel tmiss wiċċek u qabel l-ikel.
3. Għatti haġqek b'tissue meta tagħtas u armiha immedjatament fil-barmil.
4. Ixrob ħafna ilma u likwidi oħra (brodu u sports drinks).
5. Hu l-paracetamol jew nurofen għad-deni u l-uġiġh.
6. Tfal taħt il-5 snin jew tfal li jbatu b'kundizzjonijiet mediċi kroniċi serji għandhom jieħdu mediċina 'anti-viral' (Tamiflu) li qed tiġi provduta mid-Dipartiment tas-Saħħa. Persuni oħra wkoll jistgħu jieħdu t-Tamiflu biex inaqqsu s-sintomi u jfieu aktar malajr. It-Tamiflu tista' tinxtara mingħand l-ispizjar b'riċetta tat-tabib.

Erga' kellem lit-tabib jekk:

1. In-nifs isir mgħaġġel jew batut, jew il-ġilda issir blu.
2. Il-pazjent ma jixrobx ilma biżżejjed jew jirremetti ta' spiss.
3. Il-pazjent imdejjaq u jeqred ħafna, jew rieqed il-ħin kollu.
4. Jerga' jitla' d-deni wara li kien qaleb għall-aħjar, u s-solġha tmur għall-aħjar.

Il-parti l-kbira ta' dawk li taqbadhom din l-influwenza jfieu fi ftit jiem mingħajr bżonn ta' sptar. Tfal taħt il-ħames snin jew tfal li għandhom kundizzjonijiet kroniċi bħal azma qawwija jew dijabete huma f'riskju akbar. Mill-espejenza li għandna s'issa, l-influwenza H1N1 mhix aktar perikoluza mill-influwenza normali.

