

Pregătirea pentru gripa pandemică:

Ghid comunitar



MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES
(DEPARTAMENTUL DIN MISSOURI AL SERVICIULUI PENTRU
SĂNĂTATE ȘI PERSOANE ÎNVĂRSTE)



Cuprins

Introducere	1
1. Aflați mai multe despre gripa pandemică	2
2. Planul pentru gripa pandemică	4
3. Protecția împotriva gripei pandemice	8
Alte resurse de informații	12

Introducere

Aflați • Planificați • Protejați

Până acum, probabil ați auzit de pandemia de gripă, cunoscută și sub numele de gripă pandemică. Ați putea fi speriat de ceea ce ați auzit și citit. S-ar putea să credeți că nu este mare lucru sau s-ar putea să nu știți ce să credeți. Trebuie să știți însă că experții cred că un alt tip de gripă pandemică va lovi cândva în viitor. Dacă se întâmplă acest lucru, milioane de oameni s-ar putea îmbolnăvi de această gripă și chiar să moară din cauza ei, de un nou tip de virus gripal. Ar putea să vă afecteze pe dumneavoastră, familia dumneavoastră și comunitatea în care trăiți.

Acest Ghid Comunitar este o modalitate de a vă educa și pregăti pe dumneavoastră și întreaga populație din Missouri cu privire la gripa pandemică. Acest ghid vă va ajuta să **AFLAȚI** mai multe despre gripă, să **PLANIFICAȚI** modul în care să reacționați la următoarea gripă pandemică importantă și să găsiți cele mai bune modalități de a vă **PROTEJA** împotriva acestei amenințări serioase de sănătate.

Experții din domeniul sănătății publice sunt de acord că, în ciuda pandemiei de gripa H1N1 2009, o altă pandemie de gripa este foarte probabil ca în viitor. O pandemie apare atunci când o epidemie de un nou virus gripal se răspândește și afectează oameni din întreaga lume. Deoarece tehnologia modernă facilitează călătoriile oamenilor în jurul lumii, bolile precum gripa se pot transmite ușor de la o țară la alta. Odată ce începe, gripa pandemică ar putea veni, de asemenea, în valuri, pe o perioadă de timp, afectând diferite comunități în diferite moduri.



De-a lungul secolului XX., au existat trei gripe pandemice majore, omorând milioane de oameni.

- **1918** Gripa Spaniolă a ucis zeci de milioane de oameni în lume, dintre care cel puțin 500.000 de oameni în Statele Unite.
- **1957** Gripa Asiatică a ucis circa 2 milioane de oameni în întreaga lume, dintre care 70.000 de oameni în Statele Unite.
- **1968** Gripa Hong Kong a ucis până la 1 milion de oameni, dintre care 34.000 de oameni în Statele Unite.

2009 pandemie de H1N1 în Statele Unite a dus la aproximativ 43 milioane la 89 milioane de cazuri, la 195,000 de spitalizări, 403,000 și 8,900 la 18,300 decese, inclusiv 910 la 1,880 de decese în rândul copiilor.

Vă îndemnăm să citiți acest ghid, să puneți în practică ceea ce ați învățat și să vă asumați un rol activ în pregătirea pentru această situație. Cu cât suntem mai bine pregătiți acum, cu atât vom putea salva mai multe vieți în viitor. Cea mai bună modalitate de pregătire este aflarea informațiilor, planificarea și protecția.

1. Aflați mai multe despre gripa pandemică

Care este diferența dintre gripa sezonieră și gripa pandemică?

Gripa sezonieră este o boală respiratorie contagioasă provocată de virusurile gripale. Cu o incidență anuală, gripa apare de regulă toamna și iarna. Printre problemele de sănătate provocate de gripă se numără pneumonia și agravarea bolilor cronice. Gripa sezonieră poate produce îmbolnăviri serioase și chiar decesul, prezentând un risc pentru persoanele cu un sistem imunitar slăbit. Cu toate acestea, gripa sezonieră de regulă nu este așa de gravă pentru majoritatea oamenilor deoarece aceștia sunt deja protejați parțial prin faptul că în trecut au avut un virus gripal asemănător. Vaccinările antigripale anuale joacă un rol important în protecția oamenilor împotriva contactării gripei sezoniere.

Gripa pandemică este diferită și poate fi mult mai gravă. Gripa pandemică poate provoca o epidemie la nivel mondial de o nouă formă de virus gripal, care se răspândește cu ușurință de la o persoană la alta, deoarece acestea nu au niciun fel de imunitate la acest virus.

Gripa pandemică apare atunci când un virus gripal suferă modificări (numite „mutații”) care creează un nou virus pe care organismul încă nu l-a întâlnit. Aceasta înseamnă că persoana nu are imunitate la noul virus și nu este pregătită să lupte împotriva lui. De asemenea, pentru început, nu există vaccinuri antigripale care să ajute la stoparea răspândirii acestui nou virus gripal.

Deoarece noul virus de gripă pandemică poate fi transmis cu ușurință de la o persoană la alta, acesta se poate răspândi rapid pe distanțe mari ajungând la milioane de oameni din întreaga lume. Rezultatul poate fi o gripă pandemică.



Care sunt simptomele gripei sezoniere? Sunt acestea diferite în cazul gripei pandemică?

Printre simptomele gripei sezoniere se numără:

- tusea;
- febra;
- oboseala;
- durerea de cap;
- durerea în gât;
- nasul înfundat sau secrețiile nazale;
- durerile musculare.

Simptomele gripei pandemică pot fi forme mult mai grave ale simptomelor gripei sezoniere și pot avea forme neîntâlnite în cazul gripei sezoniere, cum ar fi diareea sau pleurezia (apa la plămâni). Dacă apare gripa pandemică, oficialitățile vor alerta publicul în privința oricăror simptome noi sau diferite ale noii gripe și vor oferi sfaturi privind modul de combatere a acestora.

Cum se răspândește virusul gripal?

Virusul gripal se răspândește atunci când persoanele infectate tușesc sau strănută; acestea împrăștiie picături infecțioase respiratorii în aer, care ajung apoi în ochii, gura sau nasul persoanelor din apropiere. Aceste picături pot cădea, de asemenea, pe suprafețe care sunt atinse de persoane înainte de a-și atinge nasul, gura sau ochii, facilitând răspândirea gripei. Persoanele infectate cu gripă pot lăsa virusul pe obiectele atinse, dacă au germini de gripă pe mâinile lor. Acesta este motivul pentru care, spălarea frecventă a mâinilor este o metodă importantă de a reduce riscul unei persoane de a contacta gripa, împreună cu evitarea apropierei de persoanele care au contactat deja boala.

Cum să tratați gripa pandemică?

Tratamentul gripei pandemică este de regulă asemănător cu cel al gripei sezoniere, constând din:

- izolarea la domiciliu evitând răspândirea virusului la alte persoane;
- consumarea multor lichide;
- odihna;
- luând analgezice, precum acetaminofen (Tylenol) pentru a ameliora febra și durerile musculare. Nu dați niciodată aspirină copiilor sau adolescenților care prezintă simptome ale gripei, în special febră;
- administrând medicamente dacă medicul consideră că este necesar, mai ales dacă simptomele sunt grave și dacă medicamentele sunt disponibile și eficiente.

Ce este gripa aviară și ar trebui să fim îngrijorați?

Gripa aviară, cunoscută sub numele de „gripa păsărilor”, este produsă de anumite virusuri care se găsesc în mod normal la păsările migratoare sălbatice, cum ar fi rațele și găștele și la păsările domestice, cum sunt găinile. A existat multe temeri cu privire la un anumit tip de virus gripal aviari numit „H5N1”, care a afectat păsările și, în alte țări, chiar câțiva oameni. Această gripă aviară, care afectează oamenii foarte rar, nu este la fel ca gripa pandemică, ce poate afecta milioane de oameni din întreaga lume.

Deoarece există mai multe tipuri de gripă aviară în lume și deoarece unul dintre acestea se poate modifica într-un tip nou de virus gripal care se răspândește cu ușurință de la o persoană la alta, aceste virusuri sunt urmărite îndeaproape. Experții în virusologie caută indicii privind posibilitatea ca oricare dintre aceste virusuri să se modifice într-un tip nou de virus ce ar putea produce o gripă pandemică în rândul populației.



Care este impactul potențial al gripei pandemice?

Impactul unei pandemii gripale sau a epidemiei de gripă la nivel mondial este greu de prevăzut, depinzând de mai mulți factori. Cu toate acestea, pe baza experienței din trecut, efectele unei pandemii pot fi grave și pot fi resimțite în aproape oricare colț al lumii. Aproximativ o treime din populație s-ar putea îmbolnăvi și mai mulți oameni ar trebui să stea acasă pentru a-i îngriji.

Cu o parte așa de mare din populație care nu-și mai poate desfășura activitatea obișnuită pot apărea efecte negative precum:

- Oprirea serviciilor vitale, cum ar fi transportul public, comunicațiile, funcționarea școlilor, băncilor, magazinelor, restaurantelor, utilităților, serviciilor de îngrijire medicală, ale poliției, pompierilor și serviciile medicale de urgență.
- Producerea unui impact negativ grav asupra economiei mondiale.
- Suprasolicțarea spitalelor a căror personal poate fi, de asemenea, bolnav sau angrenat în îngrijirea membrilor bolnavi ai familiilor. Prin urmare, spitalele pot fi în imposibilitatea de a avea grijă de toți pacienții care necesită îngrijire medicală.
- Imposibilitatea aprovizionării magazinelor cu alimente, medicamente și cu multe alte articole importante.

Cu toate că scenariul unei gripe pandemice ne poate pune pe gânduri, fiecare dintre noi putem lua măsuri importante pentru protecția proprie, a familiilor noastre și a comunităților în care trăim.

2. Planul pentru gripa pandemică

Ce măsuri iau guvernele federale, locale și statale, inclusiv Missouri, în privința pregătirii pentru gripa pandemică?

Agențiile guvernamentale din întreaga lume (inclusiv Missouri Department of Health and Senior Services –Departamentul din Missouri al Serviciului pentru Sănătate și Persoane Învârstă și departamentele de sănătate publică locală) și multe întreprinderi din Missouri, organizații și grupuri se pregătesc pentru gripa pandemică.

În Statele Unite, guvernul federal are grijă de:

- depozitarea medicamentelor și rezervelor și implicarea în activitatea de creare a noilor vaccinuri;
- elaborarea și publicarea ghidurilor de sănătate publică și a strategiilor care să ajute la protecția țării noastre împotriva gripei pandemice;
- monitorizarea focarelor diferitelor virusuri de gripă și pregătirea pentru a reacționa rapid la acestea;
- sprijinirea conducătorilor statali, locali și tribali în elaborarea planurilor de măsuri ca răspuns la gripa pandemică și crearea unor căi mai bune de a oferi informații de sănătate.

Missouri și, de asemenea, celelalte state au stabilite planuri de urgență, printre care:

- planuri de administrare rapidă a vaccinurilor antigripale la multe persoane atunci când vaccinul este disponibil;

- găsirea căilor de sprijinire a comunităților pentru asigurarea serviciilor importante, precum serviciul de sănătate și siguranță publică, cetățenilor comunităților în timpul unei gripe pandemice;
- reunirea diverselor agenții guvernamentale, grupuri de servicii sociale și conducători ai comunității pentru elaborarea unui plan de acțiune ca reacție la gripa pandemică.



Ce puteți face pentru a vă pregăti pentru gripa pandemică?

Pasul 1: elaborați un plan

Dacă apare gripa pandemică, aceasta ne poate îmbolnăvi foarte repede pe mulți dintre noi. Cu toții trebuie să știm ce avem de făcut dacă ne afectează gripa pandemică. Este important să avem stabilit un plan, astfel ca întreaga familie să știe ce să facă. De exemplu, dacă apare gripa pandemică, membrii bolnavi ai familiei vor avea nevoie de îngrijire, deci este important să stabilim modul în care acest lucru se poate realiza.

Dacă aveți un copil la școală, va trebui:

- să cunoașteți planul de acțiune al școlii în cazul gripei pandemice;
- să vă asigurați că școala deține informațiile de contact actualizate ale dumneavoastră și ale altui membru al familiei dumneavoastră;
- să știți ce măsuri vor fi luate pentru protecția elevilor, autorităților și personalului împotriva gripei, cum ar fi planul școlii de izolare a acelor elevi care prezintă simptomele gripei;
- solicitați școlii să încurajeze elevii, autoritățile și personalul să se spele pe mâini cu apă și săpun în timpul zilei și să respecte și celelalte norme de igienă, cu ar fi acoperirea nasului și a gurii atunci când aceștia tușesc sau strănută.

Ce este de făcut la locul dumneavoastră de muncă:

Angajatorii din Missouri elaborează planuri care să asigure faptul că desfășurarea activităților continuă în eventualitatea apariției unei gripe pandemice. În funcție de locul dumneavoastră de muncă, este posibil să fie nevoie de unele aranjamente speciale pentru familia dumneavoastră. Discutați cu angajatorul și asigurați-vă că a înțeles planul dumneavoastră de la locul de muncă. Va trebui să știți:

- dacă la locul dumneavoastră de muncă există un plan în cazul apariției gripei pandemice și care este rolul dumneavoastră;
- dacă veți putea lucra de acasă și cum să vă pregătiți pentru această posibilitate;
- că persoanele din anumite domenii, cum ar fi personalul de îngrijire medicală sau cel de furnizare a serviciilor de utilități, probabil că nu vor putea lucra de acasă;

dacă acesta este și cazul dumneavoastră, asigurați-vă că aveți un plan pentru nevoile de îngrijire ale copilului dumneavoastră;

- că școlile sau serviciile tradiționale de îngrijire a copiilor pot fi închise pe parcursul perioadei de vârf a gripei pandemice. În acest caz, veți avea nevoie de cineva acasă care să aibă grijă de copiii dumneavoastră.

Dacă sunteți o persoană cu nevoi funcționale trăiesc într-o instalație specială de îngrijire, sau dacă sunt un insotitor al unei persoane cu nevoi funcționale:

- consultați planurile pentru situațiile de urgență ale centrului de îngrijire;
- aflați unde sunt păstrate medicamentele esențiale;
- aveți etichetate clar echipamentele dumneavoastră medicale cu informațiile dumneavoastră de identificare.

Dacă sunteți o persoană cu nevoi funcționale care trăiesc la domiciliu, sau sunteți însoțitor de o persoană cu nevoi funcționale:

- identificați persoanele care vă pot ajuta în cazul apariției unei boli sau a altei situații de urgență;
- dați o cheie de la locuință sau apartament unei persoane de încredere și indicați acelei persoane unde păstrați rezervele pentru cazuri de urgență;
- purtați o etichetă de alertă medicală sau o brățară pentru identificarea afecțiunilor medicale existente, alergiilor sau a altor nevoi medicale.

Pasul 2: pregătiți rezervele

Pentru a fi mai bine pregătiți pentru situațiile de urgență, cu ar fi gripa pandemică, faceți provizii ale articolelor de bază care să ajungă pentru cel puțin două – trei săptămâni. Acestea trebuie să includă o varietate de bunuri care vă vor ajuta să supraviețuiți acasă fără ajutor din afară sau doar cu puțin ajutor. Deși nu toate aceste articole vor fi necesare în timpul unei pandemii de gripă, este o bună practică să le avem la îndemână pentru alte situații de urgență.

Rezervele de bază includ:

- apă — cel puțin un galon de persoană pe zi;
- alimente conservate sau deshidratate (incluzând cele bogate în proteine);
- articole de curățare pentru uz casnic (înălbitor, pulverizatoare cu dezinfectant);
- aparat de radio cu baterii;
- deschizător de conserve manual;
- lanternă;
- baterii suplimentare;
- termometru;
- analgezic fără aspirină;
- hârtie și creion pentru a nota simptomele și întrebările;
- medicamentele prescrise și trusele medicale de prim-ajutor;
- săpun suplimentar de baie și de mâini.

Rezervele personale includ:

- documentele importante ale familiei;
- produse pentru igiena feminină;
- adjuvante pentru vedere, cum ar fi ochelari sau soluție de contact;
- rezerve pentru igiena dinților;
- divertisment (file video/DVD-uri, cărți, reviste, muzică);
- articole pentru copii;
- rezerve pentru animalul de casă.

Dacă aveți nevoi funcționale, aprovizionarea dumneavoastră ar trebui să includă:

- o listă cu medicamentele prescrise și neprescrise, inclusiv cantitățile și păstrați la îndemână doze suplimentare dacă este posibil;
- o listă cu alergii și alte afecțiuni medicale;
- ochelari de rezervă și baterii suplimentare pentru aparatul auditiv, dacă este cazul;
- baterii suplimentare pentru căruciorul cu roțile sau pentru alt echipament special, dacă este cazul;
- o listă cu marca/modelul și numerele de serie ale aparatelor medicale;
- copii după asigurarea de sănătate și cardurile de îngrijire medicală Medicare și Medicaid;
- o listă cu medici;
- o listă cu persoane de contact și membri familiei;
- numerele de telefon ale vecinilor apropiați care vă pot ajuta.

Verificați și actualizați toate rezervele pentru cazurile de urgență pentru a fi siguri că alimentele, apa și celelalte articole sunt proaspete.



Pasul 3: asumați-vă un rol activ în pregătirea vecinilor și comunității

Continuați să aflați mai multe despre gripa pandemică. Asumați-vă rolul de conducător în rândul vecinilor la elaborarea planurilor. Discutați cu vecinii care sunt în vârstă sau au un handicap pentru a vedea ce puteți face pentru a-i ajuta. Gândiți-vă la modul în care vecinii dumneavoastră ar putea ajuta la satisfacerea nevoilor lor, cum ar fi alimentarea cu hrană și medicamente, în cazul în care gripa pandemică întrerupe funcționarea acestor servicii. Fiți activi în cadrul bisericii, școlii sau grupurilor sociale, conducând discuțiile despre gripa pandemică sau invitând persoane care să susțină discursuri din cadrul spitalului local sau departamentului de sănătate locală. Discutați cu colegii dumneavoastră de la locul de muncă și cu prietenii despre planurile lor și faceți schimburi de idei.

3. Protecția împotriva gripei pandemice

Chiar dacă guvernele statale și locale și multe alte organizații depun eforturi susținute pentru pregătirea în cazul apariției gripei pandemice și dumneavoastră trebuie să fiți responsabil pentru propria siguranță. Există măsuri simple pe care dumneavoastră și familia dumneavoastră le puteți lua pentru protecția proprie împotriva răspândirii gripei, fie că este sezonieră sau pandemică.

Obișnuiți-vă să vă spălați bine pe mâini

Spălarea mâinilor este o metodă simplă și eficientă de a opri răspândirea germenilor, inclusiv a celor care provoacă gripa. Trebuie să vă spălați întotdeauna pe mâini:

- după ce ați tușit, strănutat sau v-ați suflat nasul;
- înainte și după ce ați ajutat o persoană bolnavă;
- înainte și după ce ați umblat cu alimente sau le-ați gătit;
- înainte de servirea mesei;
- după folosirea toaletei;
- după schimbarea scutezelor;
- după ce ați pus mâna pe animale sau le-ați curățat murdăria;
- după activitățile neigienice, cum ar fi curățarea băii sau aruncarea gunoiului menajer.



Cum să vă spălați bine pe mâini:

- udați-vă mâinile cu apă caldă;
- săpuniiți-vă ambele mâini și faceți mulți clăbuci;
- frecați bine mâinile împreună, cel puțin 20 de secunde. Un mod simplu de a vă asigura că v-ați spălat suficient de mult timp pe mâini este să spuneți alfabetul în timp ce vă spălați. Când ajungeți la Z, clătiți-vă pe mâini;
- clătiți bine mâinile și uscați-le complet cu un prosop curat;
- în toaletele publice, folosiți prosopul de hârtie, dacă există, pentru a opri robinetul și a deschide și închide ușile;
- gelurile pe bază de alcool pentru igiena mâinilor pot fi, de asemenea, eficiente dacă nu există apă și săpun sau suplimentar apei și săpunului. Pentru a distruge gemenii în acest fel, aplicați gelul pe ambele mâini și frecați mâinile una de alta până se usucă. Cu toate acestea, apa și săpunul ar trebui utilizate întotdeauna, atunci când sunt disponibile.

Folosiți metode de protecție la tușit și strănut

Când tușiți sau strănutați:

- îndepărtați-vă sau întoarceți-vă din calea altor persoane;
- acoperiți-vă gura și nasul cu o batistă, șervețel de hârtie sau altceva, apoi aruncați batista;
- dacă nu aveți o batistă, utilizați înfășurarea cotului sau mânăca; nu folosiți mâna;
- după ce ați tușit sau strănutat, întotdeauna spălați-vă pe mâini cu apă caldă și săpun.

Curățarea și dezinfectarea

De asemenea, puteți preveni răspândirea germenilor prin curățarea și dezinfectarea locurilor folosite de mai multe persoane diferite. Blaturile, chiuvetele, clanța ușilor, mesele și telefoanele sunt toate suprafețe care trebuie dezinfectate în mod regulat. Exemple de dezinfectanți:

- pulverizatoare dezinfectante;
- șervețele dezinfectante;
- dezinfectanți lichizi.

Lucrurile personale, cum ar fi periuțele de dinți, câștile de băut, paiele, produsele cosmetice, tacâmurile, prosoapele sau orice alt articol care a ajuns în apropierea nasului sau gurii unei persoane, inclusiv telefoanele mobile, nu trebuie utilizate în comun.

Ascultați cu atenție informațiile

Serviciul de sănătate publică și alte autorități, prin intermediul mijloacelor de informare în masă locale, vor informa publicul cu privire la iminența unei gripei pandemice. Veți primi detalii importante despre evenimentele curente și serviciile disponibile, despre simptomele pe care trebuie să le urmăriți, despre acțiunile necesare pentru reducerea impactului negativ al unei disfuncționalități majore și alte informații utile.



Exemple de măsuri pe care autoritățile le pot cere populației să le urmeze includ:

- respectarea regulilor de igienă, cum ar fi spălarea mâinilor și acoperirea nasului și gurii în cazul tusei sau strănutului;
- nu mergeți la serviciu sau la școală, ci stați acasă, dacă vă îmbolnăviți de gripă;
- evitați locurile publice aglomerate și anulați reuniunile mari;
- ascultați instrucțiunile privind locul unde să mergeți pentru vaccinare atunci când vaccinul devine disponibil.

Autoritățile de sănătate publică sunt surse de informații de încredere. Acestea vor publica informații de ultimă oră pe site-urile lor Web și vor lucra îndeaproape cu instituțiile media pentru a transmite publicului informațiile importante. În cazul apariției unui focar, liniile de asistență telefonică vor fi, de asemenea, deschise pentru a răspunde întrebărilor legate de focarul apărut.

Vaccinuri pentru gripa pandemică

Vaccinările antigripale sunt o modalitate sigură și eficientă de a îndepărta gripa sezonieră, care apare în fiecare an. Vaccinul antigripal ajută organismul să lupte împotriva gripei sezoniere, prin urmare ajută o persoană să nu se îmbolnăvească dacă intră în contact cu virusurile gripei sezoniere. Nu puteți contacta gripa de la vaccinurile antigripale.



Vaccinurile existente împotriva gripei sezoniere nu vă vor proteja împotriva virusurilor gripei pandemice, deoarece virusurile gripei pandemice vor avea o formă nouă, fără să existe un vaccin eficient, pentru început, care să asigure protecție. Odată ce virusul se face cunoscut, oamenii de știință pot începe să creeze un vaccin corespunzător, dar acest proces va dura câteva luni. Și, când noul vaccin devine disponibil, acesta va fi administrat doar anumitor grupuri din populație, cum ar fi personalul de urgență, de asistență medicală, și persoanele expuse la un risc mare de complicații cauzate de gripă.

Precauții privind animalele

Contactul cu animalele nu reprezintă în mod normal o preocupare privind infecția cu gripă a oamenilor în Statele Unite; cu toate acestea, în general animalele pot fi o sursă de germeni. Persoanele care dețin sau lucrează cu animale trebuie să ia întotdeauna măsurile de siguranță elementare pentru a se opri răspândirea germeilor prin:

- spălarea mâinilor după lucrul cu animalele sau cu lucrurile contaminate;
- ținerea animalelor de casă în afara zonei în care se pregătește mâncarea;
- limitarea contactului apropiat dintre animale și copiii mici, precum și persoanele cu sisteme imunitare slăbite, deoarece aceste persoane sunt expuse unui risc de infecție mai ridicat. Copiii trebuie să evite zonele în care animalele își fac nevoile;
- grija deosebită atunci când se lucrează cu rațe, găște și alte păsări sălbatice;

- evitarea lucrului cu animale și/sau consumului animalelor de vânat bolnave. Întotdeauna umblați cu vânat sănătos purtând mănuși de cauciuc.

Din cauza riscului gripei aviare, persoanele care cresc sau lucrează cu păsări, cum ar fi găinile, rațele și curcanii trebuie:

- să țină păsările domestice separat de păsările sălbatice;
- să respecte normele de curățenie și dezinfecție pentru clădiri, echipamente și vehicule, atunci când se anunță acest lucru de către autoritățile agricole;
- să respecte celelalte măsuri de control și dezinfecție în caz de nevoie sau atunci când se anunță acest lucru de către autoritățile agricole;
- să raporteze către Missouri Department of Agriculture (Departamentul Agricol din Missouri) păsările care prezintă modificări importante de sănătate sau comportament;
- să poarte echipament de protecție personală, cum ar fi mască de respirație, atunci când se indică acest lucru de către angajator și/sau de către oficialitățile de sănătate publică.

Apel la acțiune

Istoria ne-a dovedit că ale noastre comunități sunt solidare și devin mai puternice în perioadele dificile. Cu toții putem fi puternici prin apropierea noastră față de vecini și prieteni, putem fi mai informați și pregătiți pentru situațiile de urgență. Puteți juca un rol foarte important în pregătirea dumneavoastră, a familiei dumneavoastră și a comunității în care trăiți pentru următoarea gripă pandemică. Deoarece nimeni nu știe când va lovi următoarea gripă pandemică, acum este momentul cel mai bun de a afla mai multe, a elabora planuri și a proteja.

Alte resurse de informații

Contactați **Missouri Department of Health and Senior Services (Departamentul din Missouri al Serviciului pentru Sănătate și Persoane Învârstă)**

la health.mo.gov, faceți clic pe Pandemic Influenza sau sunați la 573-526-4768.

Contactați agenția locală pentru sănătate publică.

Resurse suplimentare

U.S. Department of Health and Human Services (Departamentul pentru Sănătate și Servicii Publice din S.U.A.) și Centers for Disease Control and Prevention (Centrele de Control și Prevenire a Bolilor):

- www.pandemicflu.gov
- www.avianflu.gov
- 1-800-CDC-INFO sau 1-800-232-4636
- 1-888-232-6348 (teletext)

World Health Organization

(Organizația Mondială a Sănătății – WHO)

- www.who.int/csr/disease/influenza/en/index.html

U.S. Department of Homeland Security

(Departamentul de Securitate Națională al S.U.A.)

- www.ready.gov
- 1-800-BE-READY sau 1-800-237-3239
- 1-800-464-6161 (teletext)

Pentru informații privind confruntarea cu evenimente traumatiche, vizitați site-ul Web de sănătate mintală al Centers for Disease Control and Prevention (Centrele de Control și Prevenire a Bolilor) la: www.bt.cdc.gov/mentalhealth/.

Despre Missouri Department of Health and Senior Services (Departamentul din Missouri al Serviciului pentru Sănătate și Persoane Învârstă)

Misiunea Missouri Department of Health and Senior Services (Departamentului din Missouri al Serviciului pentru Sănătate și Persoane Învârstă) este de a fi un lider în promovarea, protecția și parteneriatul pentru sănătate.



Missouri Department of Health and Senior Services

P.O. Box 570, Jefferson City, Missouri 65102-0570

Telefon: 573-526-4768

E-mail: info@health.mo.gov

health.mo.gov

Pentru a semnală o urgență de sănătate publică, telefonați la **1-800-392-0272**.

Acest număr de telefon gratuit este deservit 24 de ore pe zi, șapte zile pe săptămână.

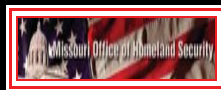
Forme alternative ale acestei publicații pentru persoane cu dizabilități pot fi obținute contactând biroul menționat mai sus.

Telefon pentru cetățeni cu deficiențe de auz **1-800-735-2966**.

ANGAJATOR DE ȘANSE EGALE/ACȚIUNI POZITIVE

Serviciile oferite sunt nediscriminatorii.

Aprobat de:



www.dps.mo.gov/homelandsecurity



www.sema.dps.mo.gov



www.redcross.org