A (H1N1) PANDEMİK QRİPİNİN QARŞISININ ALINMASI VƏ MÜALİCƏSİ

YOLUXMA

A (H1N1) pandemik qripi adi mövsümi qrip kimi hava-damcı yolu ilə yoluxmuş insanların öskürməsi və asqırması zamanı xaric olunan xırda hissəciklər vasitəsi ilə asanlıqla insandan insana keçir. Eləcə də bu kiçik damcılar əllərin və səthlərin üzərinə düşərək digərlərinə yoluxma təhlükəsi törədə bilər.

XƏSTƏLİYİN QARŞISININ ALINMASI YOLLARI

Qeyri-farmasevtik yollar A (H1N1) pandemik qripin yayılmasını azaldan əsas tədbirlərdən biridir. Vaksinasiya və virus əleyhinə preparatlar bütün əhali üçün kifayət qədər olmadığına görə bu tədbirlər pandemiyanın azaldılmasında vacibdirlər.

QEYRİ-FARMASEVTİK MÜDAXİLƏ			
Əllərin Yuyulması	Respirator Davranış Qaydaları	Təcrid Olunma və Xəstələrə Ev Şəraitində Qulluq	İctimai Davranışa Riayət
Pandemiya zamanı əllər yuyulmalıdır.	Öskürmə və asqırma zamanı ağız və burunun örtülməsi vasitəsilə infeksiyanın yayılmasının qarşısının alınması.	İnfeksiyanın qarşısını almaq üçün ailədə xəstəyə qulluq edəcək bir nəfərin təyin olunması. Qrip simptomları olan ailə üzvləri üçün otaq ayrılmalı və ya başqaları ilə arasında ən azı 1 metr məsafə olmalıdır.	İnfeksiyanın yayılmaması üçün insanların kütləvi toplandığı yerlərdən və tədbirlərdən uzaq durmaq, səfərləri məhdudlaşdırmaq. Yerli virus ocaqları yarandıqda iş müəssisələrini və məktəbləri bağlamaq.

XƏSTƏLİYİN ƏLAMƏTLƏRİ

Qrip virus infeksiyası olaraq əsasən burun, boğaz və bronxları, bəzən ağ ciyərləri zədələyir. A (H1N1) qripinin əlamətləri adi qrip əlamətlərinə bənzəyir. Bunlara aşağıdakılar daxildir:

- yüksək hərarət,
- təngnəfəslik və hava çatışmamazlığı,
- öskürək,
- baş ağrısı,
- əzələ və oynaq ağrıları,
- halsızlıq,
- boğaz ağrısı və zökəm,
- eləcə də bəzən qusma və ishal müşahidə edilir.

ƏGƏR SİZDƏ XƏSTƏLİK ƏLAMƏTLƏRİ OLAN HƏRARƏT, ÜMUMİ HALSIZLIQ, ÖSKÜRƏK VƏ YA BOĞAZ AĞRISI VARSA, NƏ ETMƏLİ?

- Mütləq evdə qalın – işlədiyiniz yerə və ya təhsil müəssisəsinə - getməkdən, habelə kütlə ilə təmasdan çəkinin;
- Kifayət qədər istirahət edin və çoxlu miqdarda maye qəbul edin;

- Öskürdükdə və ya asqırdıqda ağzınızı və burnunuzu birdəfəlik tənziflə örtün, silin və bu tənzifi ayrıca zibil qutusuna atın;
- Mütəmadi olaraq, xüsusilə öskürdükdə və ya asqırdıqda əllərinizi sabunla yuyun;
- İnsanlarla təmasda olmamaq üçün ailə üzvlərinizə və yaxınlarınıza xəstəliyiniz haqqında məlumat verin.

EVDƏ XƏSTƏYƏ NECƏ BAXMALI?

Əksər hallarda ev şəraitində aparılan köməkçi müalicə, yəni istirahət, çoxlu miqdarda maye qəbul etmə və hərarəti azaldan vasitələr kifayət edir. Uşaqlara və yaşlı insanlara tərkibində aspirin olmayan ağrı kəsici vasitələr verilə bilər. A (H1N1) pandemik virusuna qarşı ozeltamivir və zanamivir preparatları effektlidir, lakin onlar həkimin təyinatı ilə istifadə oluna bilər. ÜST bu qripin profilaktikası və müalicəsi üçün digər virus əleyhinə preparatlardan istifadə etməyi məsləhət görmür.

- Xəstəni digər ailə üzvlərindən təcrid etmək (ən azı 1 metr məsafəni gözləmək);
- Xəstə ilə təmasda olarkən ağız və burunu maska ilə örtmək, xəstənin istifadə etdiyi məişət əşyalarını təmiz yumaq;
- Xəstə ilə hər bir təmasdan sonra əlləri sabunla yumaq;
- Xəstə olan otağın havasını mütəmadi olaraq dəyişmək;
- Xəstənin olduğu mühiti kifayət qədər təmiz saxlamaq.

TİBB MÜƏSSİSƏSİNƏ NƏ ZAMAN MÜRACİƏT ETMƏLİ

Aşağıdakı simptomlar qeyd olunduğu halda ərazi üzrə tibb müəssisəsinə mütləq müraciət olunmalıdır:

- Tənəffüsün çətinləşməsi (ağırlaşması)
- Döş qəfəsi nahiyəsində ağrılar
- Titrəmə
- Üz və dodaqlarda göyərmə
- Qusma və ishal

A (H1N1) QRİPİ ZAMANI TİBBİ YARDIM

Tibbi yardım üçün nə etməli?

- Tibb müəssisəsinə getməmişdən əvvəl həkiminizlə və ya tibb mütəxəssisi ilə əlaqə yaradın, simptomlarınızı bildirin.
- Sizdə A (H1N1) virusunun olduğu haqqında şübhələrinizi təfərrüatı ilə izah edin. Həkimin dediklərinə riayət edin.
- Əgər tibb müəssisəsinə getməməzdən əvvəl həkiminizlə və ya tibb mütəxəssisi ilə əlaqə yaratmaq mümkün olmamışdırsa, bunu müəssisəyə daxil olarkən dərhal bildirin.

PROQNOZ

Xəstəliyin gedişatının proqnozu şərti olaraq yaxşıdır, adekvat immun statusu olduqda və risk qrupuna aid olmayan insanlarda xəstəlik dövrü 2 həftədən çox davam etmir və tam sağalma ilə başa çatır. Əmək qabiliyyəti tam bərpa olunur.

İmmunitet zəif olduqda, eləcə də risk qrupuna aid olan insanlarda ağır, həyat üçün təhlükəli ağırlaşmaların yaranması ehtimalı var. Qeyd olunmalıdır ki, bu virusla yoluxma zamanı ölüm hallarının sayı digər qrip viruslarına yoluxmalarla müqayisədə çox deyil. Əksər ölüm hallarına səbəb ağır virus pnevmoniyaları olur, ağır xəstələnmələrin 50-80%-i isə ağ ciyərlərinin xroniki xəstəliyi (o cümlədən astma), ürək damar xəstəlikləri, diabet kimi digər patologiyaları olan insanlarda qeydə alınır.

Tərtib edən təşkilat: Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi

Dəstək verən təşkilatlar: ABŞ-ın Beynəlxalq İnkişaf Agentliyi (USAİD), Azərbaycan Qızıl Aypara Cəmiyyəti (AzQAC), Birləşmiş Millətlər Təşkilatının Qaçqınlar üzrə Ali Komissarlığı (UNHCR), Rostropoviç-Vişnevskaya Fondu (RVF), Səhiyyə Nazirliyinin Səhiyyə Sektorunda İslahatlar Layihəsi , Təhsilin İnkişafı Akademiyası (AED), Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST), UNİCEF (BMT-nin Uşaq Fondu)