



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

Δ/νση Δημόσιας Υγείας

Ταχ. Δ/νση : Π.Π. Γερμανού 98
Ταχ. Κωδ. : 262 25
Πληροφορίες : Π. Μακρή
: Όλ. Πολυχρονοπούλου
Τηλέφωνο : 2613620743,740
Φαξ : 2610316759

Πάτρα , 05-10-2017

Αρ. πρωτ.: 270853/2673

ΠΡΟΣ: 1. Δ/νση Α/θμιας Εκπ/σης Αχαΐας
2. Δ/νση Β/θμιας Εκπ/σης Αχαΐας

ΚΟΙΝ: 1. Γραφείο Εντεταλμένου Περιφερειακού
Συμβούλου σε θέματα Υγείας &
Κοινωνικής Αλληλεγγύης &
Βοηθού Περιφερειάρχη
2. Γενική Δ/νση Δημόσιας Υγείας &
Κοινωνικής Μέριμνας Π.Δ.Ε.
3. Περιφερειακή Δ/νση Α/θμιας & Β/θμιας
Εκπ/σης Δυτ. Ελλάδας

ΘΕΜΑ: Οδηγίες για την εποχική γρίπη.

Η Δ/νση Δημόσιας Υγείας της Π.Δ.Ε. , σύμφωνα με την εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας (ΑΔΑ: 6ΤΜΣ465ΦΥΟ-Δ31) και λόγω αρμοδιότητας , σας ενημερώνει αναφορικά με την εποχική γρίπη.

- 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 φτέρνισμα , 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 ο ασθενής πρέπει να παραμένει κατ' οίκον.
- Ο αποτελεσματικότερος τρόπος πρόληψης είναι ο έγκαιρος εμβολιασμός. Διενεργείται σε παιδιά και σε ενήλικες κατόπιν ιατρικής σύστασης και εφόσον συντρέχουν λόγοι υγείας .
- Η λήψη ατομικών και ομαδικών μέτρων υγιεινής είναι απαραίτητη για την προστασία από την γρίπη και για την εξάπλωσή της.
- Πλένουμε τακτικά τα χέρια μας με νερό και με σαπούνι.
- Όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε καλύπτουμε το πρόσωπό μας με χαρτομάντιλο μιας χρήσης ή φτερνιζόμαστε στο εσωτερικό του αγκώνα μας.
- Αποφεύγουμε την επαφή των χεριών με το στόμα , τη μύτη και τα μάτια.
- Αποφεύγουμε γενικότερα 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 όταν εμφανίζουν κάποιο από τα συμπτώματα της γρίπης τόσο για τη δική τους προστασία όσο και για περιορισμό μετάδοσης της νόσου.

Παραμένουμε στη διάθεσή σας για κάθε περαιτέρω διευκρίνιση ή πληροφορία.

- Η -

ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΗ ΤΗΣ Δ/ΝΣΗΣ

ΣΥΜΕΩΝΙΔΟΥ ΣΟΦΙΑ