



ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
Ул. Стари шор 47, 22000 Сремска Митровица

e-mail: info@zdravlje-sm.org.rs
web: www.zdravlje-sm.org.rs

Тел:022/610-511

Тел/Факс:022/636-509

Жиро рачун: 840-209667-75



Подсећамо:

Грип се најчешће манифестује високом температуром, главобољом, језом, дрхтавицом и боловима у мишићима, сувим кашљем и кијавицом. Пацијенти који имају ове симптоме, посебно ако имају неко хронично обољење, треба да се јаве свом лекару. Терапија је симптоматска (аналгетици, антипиретици, витамин Ц, деконгестиви) уз препоруку за уношење пуно течности и мировање.

Мере превенције су опште и специфичне:

Најважнија **специфична мера** је вакцинација против грипа, коју је најбоље обавити у периоду октобар-децембар док је каснија вакцинација (јануар/фебруар) дозвољена али не гарантује заштиту од вируса грипа који тада почињу да циркулишу (за стварање имунитета на вакцину потребно је две до три недеље).

Опште мере превенције грипа обухватају:

- Правилно одлагање употребљених марамица-након брисања носа не држати марамицу по џеповима, у рукама или у рукаву, већ је одложити у канту за смеће
- Хигијена руку топлом водом и сапуном, нарочито након брисања носа и кијања
- Исхрана богата витаминима и уношење довољно течности у организам
- Редовно проветравање и осунчавање просторија
- Редовно чишћење, усисавање и влажно пребрисавање подова
- Редовно чишћење предмета опште употребе-мобилних телефона, тастатуре компјутера, миша, дечијих играчака (крпене играчке прави у веш машини а пластичне у топлој сапуници)

Центар за контролу и превенцију болести