

Recomandările medicilor

GRIPA și infecțiile respiratorii în România! Vezi statistici și recomandări!

Deocamdată medicii nu au raportat cazuri confirmate de gripă, morbiditatea prin infecții respiratorii acute încadrându-se în intervalul așteptat în această săptămână, a anunțat Institutul Național de Sănătate Publică (INSP). La nivel național, numărul total de cazuri de infecții respiratorii acute (gripă clinică, infecții acute ale căilor respiratorii superioare și pneumonii) a fost de 70.914, cu 11.4% mai mic comparativ cu cel înregistrat în aceeași săptămână a sezonului precedent (80.012).

În săptămâna 1 - 7 octombrie 2018 s-au înregistrat, la nivel național, 5 cazuri de gripă clinică (fără confirmare cu ajutorul probelor de laborator) comparativ cu 9 cazuri înregistrate în S 40/2017. Până la 7 octombrie 2018 au fost vaccinate antigripal 46.531 persoane din grupele la risc, cu vaccin distribuit de Ministerul Sănătății, anunță sursa citată.

■ REAMINTIM RECOMANDĂRILE MEDICILOR ȘI TOT CE ȘTIȚI DESPRE GRIPĂ! ■

Cum risc să mă îmbolnăvesc? Gripa se poate transmite ușor de la o persoană la alta: prin contactul direct cu picăturile de la o persoană infectată, împrăștiate prin tuse sau strănut; prin contactul indirect, atunci când picăturile sau secrețiile din nas sau gât se depun pe suprafețe sau pe mâini. De acolo, virusul poate fi transferat către alte persoane care apoi își ating zona nasului sau gurii.

■ CARE SUNT SIMPTOMELE? ■

Gripa sezonieră este cauzată de virusurile gripale umane care infectează căile respiratorii (nas, gât, bronhii și uneori plămâni). Cu toate că unele infecții pot fi foarte ușoare, persoanele bolnave de gripă au unele sau toate dintre următoarele simptome: febră, durere de gât, secreții nazale, tuse seacă, oboseală,



durere de cap, dureri musculare.

Puteți recunoaște o viroză respiratorie alta decât gripa, atât după debutul mai lent al bolii (începe ușor cu usturimi în gât, nas înfundat, dureri de cap) cât și după evoluția mai ușoară a bolii. Aceste forme de viroze respiratorii (răceala) sunt cauzate de alte virusuri respiratorii (adenovirus, virus sincizial respirator, virusuri paragripale etc.).

Complicațiile gripei pot include pneumonie, infecții ale urechii, infecții ale sinusurilor, deshidratare și agravarea afecțiunilor medicale cronice existente, cum ar fi insuficiența cardiacă congestivă, astm sau diabet. La persoanele în vârstă, gripa poate provoca, uneori, și/sau agrava anumite afecțiuni preexistente ducând uneori chiar și la deces.

Cum să vă păstrați sănătatea dumneavoastră și a altora în această iarnă?

Vaccinați-vă înainte de a începe sezonul de gripă. Vaccinarea în fiecare toamnă reduce foarte mult riscul de îmbolnăvire. Eficacitatea vaccinului poate varia de la an la an, în funcție de tipurile de virusuri circulante în fiecare sezon. Vaccinul antigripal nu conține virusuri gripale vii. Acest lucru înseamnă că vaccinul nu poate provoca gripă sau alte infecții. Pentru a limita răspândirea gripei, dar și a altor viroze respiratorii este necesar să luați și următoarele măsuri preventive. Spălați-vă pe mâini

cât mai des cu apă și săpun. Acoperiți-vă gura și nasul cu un șervețel atunci când strănuțați, apoi acoperiți și aruncați șervețelul folosit. Nu întrebuiți batiste, șervețele deja folosite. Virusul gripei, alte virusuri respiratorii pot supraviețui temporar în afara corpului, astfel încât vă puteți infecta atingând batiste și șervețele utilizate de alte persoane. Dacă nu aveți un șervețel disponibil: strănutați acoperindu-vă în totalitate nasul și gura cu brațul.

■ STAȚI ACASĂ CÂND SUNTEȚI BOLNAVI! ■

Dacă vă simțiți mai rău, solicitați ajutor medical. Ce puteți face pentru a vă proteja împotriva gripei? Când trebuie să vă vaccinați împotriva gripei? Vaccinarea trebuie în mod ideal, efectuată în fiecare an începând de la mijlocul toamnei. În funcție de tipul de virus care circulă în fiecare an, sezonul de gripă în general durează din octombrie până în luna mai. De ce aveți nevoie de un vaccin gripal în fiecare an? Virusurile gripale sunt în continuă schimbare și nu este neobișnuit să apară în fiecare an noi virusurile gripale. Vaccinarea în fiecare an, este măsura de prevenire unică cea mai eficientă împotriva gripei sezoniere.

Evitați aglomerațiile și spațiile închise! Evitați contactul cu persoanele deja bolnave! Dacă vă simțiți mai rău, solicitați ajutor medical!

■ DE CE AVEȚI NEVOIE DE UN VACCIN GRIPAL ÎN FIECARE AN? ■

Virusurile gripale sunt în continuă schimbare și nu este neobișnuit să apară în fiecare an noi virusurile gripale. Vaccinarea în fiecare an, este măsura de prevenire unică cea mai eficientă împotriva gripei sezoniere. Vaccinarea antigripală nu protejează față de alte tipuri de virusuri respiratorii; ca urmare, persoanele vaccinate antigripal sunt protejate doar față de gripă, boală mult mai gravă și care frecvent evoluează cu complicații și chiar deces.

Important pentru toți constănțenii! De la RADET!

Având în vedere prognoza scăderii temperaturilor exterioare în următoarea perioadă, RADET Constanța informează consumatorii racordați la sistemul centralizat de alimentare cu energie termică că începe umplerea instalațiilor proprii acolo unde au fost golite pe timpul verii și va efectua probele la rece, pregătind instalațiile pentru începerea furnizării

căldurii atunci când se vor îndeplini condițiile stabilite în Hotărârea de Guvern 337 din 2018.

Rugăm reprezentanții asociațiilor de proprietari să anunțe la Dispeceratul RADET (telefon 0341.461000 sau 0241.616792) sau pe adresa de email office@radet-constant.ro, dacă au lucrări nefinalizate pe instalațiile interioare pentru a se preveni

eventualele inundații în locuințe. Data începerii furnizării încălzirii va fi comunicată ulterior.

RADET Constanța va proceda la limitarea furnizării energiei termice către consumatorii care înregistrează restanțe la plata facturilor și totodată mulțumește consumatorilor care au înțeles să-și achite în termen obligațiile de plată.

Atenție, se oprește apa la Hârșova!

Pentru remedierea unei avarii pe conducta de alimentare cu apă, cu diametrul de 100 mm, de la intersecția străzilor Carsium cu Vadului, din orașul Hârșova, dar și pentru montarea unor vane în vederea sectorizării sistemului, RAJA SA este nevoită să întrerupă furnizarea apei

potabile joi, 18 octombrie 2018, în intervalul orar 01:00 - 17:00.

Vor fi afectați de lipsa apei potabile toți consumatorii din localitatea Hârșova. „Ne cerem scuze pentru neplăcerile create abonaților, pe care îi asigurăm că echipele de intervenție vor face tot posibilul pentru

finalizarea lucrărilor și reluarea furnizării apei potabile în cel mai scurt timp. Totodată, rugăm toți consumatorii să își asigure rezerva minimă de apă pentru consum și uz casnic pe perioada întreruperii furnizării apei”, se arată într-o informare a RAJA Constanța.

Pe scurt.

Câteva orașe din județul Constanța rămân fără curent

Pentru lucrările anuale de reparații și întreținere instalații și rețele electrice, precum și posturi de transformare, SC E - Distribuție Dobrogea SA anunță întreruperea furnizării energiei electrice în timpul lucrărilor, în intervalul 15 - 19 octombrie, după următorul program:

Joi, 18.10.2018

Municipiul Constanța, cu sediul Inspectoratul de Poliție al Județului Constanța, situat pe b-dul Mamaia nr. 10 - întrerupere totală, în intervalul orar 8.00 - 16.00.

Municipiul Constanța, cu bloc, situat pe strada Barbu Lăutaru nr. 1A; b-dul Tomis nr. 211-213, cu blocuri TS6A, TS6B, TS8; Punct Termic RADET, situat pe strada Barbu Lăutaru; Poporului între nr. 1-30, respectiv străzile Flămânda, Petru Vulcan și Talazului - întrerupere totală, în intervalul orar 9.00 - 14.00.

Localitatea Eforie Sud, cu strada Gării - întrerupere totală, în intervalul orar 8.00 - 16.00.

Localitatea Moșneni, cu străzile Ștefan cel Mare (parțial), Mihai Sturdza, Despot Vodă, Ștefan cel Mare, Tudor Vladimirescu, Mihai Viteazu, Pavel Kiselef, Gheorghe Ștefan, Gheorghe Bibescu și Mihai Șuțu - întrerupere totală, în intervalul orar 8.00 - 18.00. Localitatea Vama Veche, cu Casa OK by Ovo, strada Falezii nr. 80 - întrerupere totală, în intervalul orar cca 3 ore, în intervalul 8.00 - 16.00.

Orașul Năvodari, cu Zona Depozit 10 și Zona Tabără Năvodari - întrerupere totală, în intervalul orar 9.00 - 18.00.

Localitatea Movilița cu străzile Brândușei, Liliacului, Macilor, Grăușorului, Trandafirului, Eroilor și Constanței - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Localitatea Lanurile cu străzile Libertății, Mareșal Antonescu, Mihai Viteazu, Grigore Rădulescu, Mircea Cienciu, Viforului și Profesor Hanu - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Localitatea Cernavodă, cu străzile Prelungirea Seimeni, Nicolae Iorga, Eliade Rădulescu, Radu Iordăchescu, Liviu Rebreanu, Tudor Stavru, I.D. Chirescu, Corbului, Pelicanului, inclusiv blocuri Cartier Columbia - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Vineri, 19.10.2018

Municipiul Constanța, cu Cartier Palazu Mare - întrerupere totală, inclusiv Magazin Elvila, Școala Generală nr. 14, Spitalul Psihiatrie, Spitalul TBC, Agenția SPIT nr. 5, UM 02132 (BRN), Autoservice Beresa, SC Total Service International, situată pe b-dul Tomis nr. 393, SC Exclusiv Auto ENB, situată pe strada Dumbrăveni nr. 70 - întrerupere totală.

Localitatea Eforie Sud, cu strada Negru Vodă și strada Zorilor - întrerupere totală, în intervalul orar 8.00 - 16.00.

Municipiul Constanța, cu b-dul Ferdinand nr. 40-50 - întrerupere totală, în intervalul orar 8.00 - 16.00.

Orașul Ovidiu, cu strada A - întrerupere totală, în intervalul orar 9.00 - 18.00.

Localitatea Movilița cu străzile Brândușei, Liliacului, Macilor, Grăușorului, Trandafirului, Eroilor și Constanței - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Localitatea Lanurile cu străzile Libertății, Mareșal Antonescu, Mihai Viteazu, Grigore Rădulescu, Mircea Cienciu, Viforului și Profesor Hanu - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Localitatea Ostrov, cu Ostrov Regie - întrerupere parțială, în intervalul orar 9.00 - 17.00.

Localitatea Almalău - întrerupere totală, în intervalul orar 9.00 - 17.00.