

MĂSURI NECESARE PENTRU A SCĂDEA RISCURILE DE ÎMBOLNĂVIRE

- Opriti răspândirea epidemiei la pasările domestice prin evitarea contactului dintre pasările domestice și cele sălbatice; acest lucru scade posibilitatea ca omul să vină în contact direct cu virusul.
- Evitați zonele în care există pasări infectate cu virusul gripei aviare.
- Informați autoritățile sanitare-veterinare despre orice caz de deces al pasărilor domestice din gospodărie sau a celor sălbatice din împrejurimi, pentru ca acestea să poată colecta cadavrele de pasări și să limiteze focarul de infecție.
- Nu atingeți pasările bolnave sau moarte și mai ales supravegheați copiii și nu-i lăsați să se joace cu pasări bolnave sau moarte.
- Țineți pasările domestice închise în curte.
- Măsurile de igienă:
 - ☞ Spălați-vă pe mâini cu apă și săpun, mai ales după ce atingeți pasări; în lipsa apei și a săpunului, ștergeți mâinile cu spirit;
 - ☞ Este interzis consumul de pasări care au fost în contact cu pasări bolnave/moarte precum și consumul de ouă de la pasările bolnave;
 - ☞ Se interzice consumul de produse din carne de pasăre, fără ca acestea să fie foarte bine preparată (foarte bine fiartă, friptă sau coaptă).
- Când preparați hrana:
 - ☞ Separați carnea crudă de cea gătită sau de alimentele care sunt gata de consumat.
 - ☞ Nu folosiți același cuțit sau instrument de tăiat pentru a pregăti carnea crudă și alimentele care sunt preparate sau gătite.
 - ☞ Spălați-vă pe mâini între atingerea alimentelor crude și a celor gătite.
 - ☞ Nu puneți carnea gătită pe aceeași farfurie sau suprafață pe care a fost așezată când era crudă. Gălbenușurile de ou, după fierbere sau prăjire, nu trebuie să fie lichide sau să se scurgă.
 - ☞ Înainte de a fierbe sau a prăji ouăle, spălați-le cu apă și săpun iar după aceea spălați-vă din nou pe mâini tot cu apă și săpun.
 - ☞ Nu folosiți ouă fierte mol sau crude în alimente care nu vor fi apoi fierte, prăjite sau puse la cuptor. Trebuie să știți că virusurile gripale sunt distruse prin prelucrarea termică (adică prin căldură).
 - ☞ După ce atingeți pasări sau ouă crude, spălați-vă pe mâini și spălați toate suprafețele și instrumentele folosite, atent, cu apă și săpun.
 - ☞ Cumpărați carne de pasăre, ouă și produse din carne de pasăre numai din surse de încredere!

CUM SĂ NE FERIM DE GRIPA AVIARĂ

Infectarea omului cu virusul gripei aviare

În mod normal, virusul gripei aviare produce îmbolnăviri în rândul pasărilor. Boala la om a apărut în special la lucrătorii din fermele de pasări, în urma contactului direct cu pasările bolnave. Conform Organizației Mondiale a Sănătății, la data de 4 noiembrie nu existau cazuri de transmitere a gripei aviare în rândul oamenilor.

Pot fi prevenite și evitate epidemiile de gripă ?

Experiența arată că epidemiile de gripă apar, în medie, de trei, patru ori într-o sută de ani, când un nou subtip de virus apare și se transmite ușor de la o persoană la alta. Ținând cont de acest lucru, experții consideră că o altă epidemie de gripă este posibil să se producă în viitorul apropiat.

Semelele gripei umane sunt:

- ◆ Febră
- ◆ Dureri în gât
- ◆ Tuse
- ◆ Respirație dificilă
- ◆ Dureri musculare

Nu căătorii în timp ce sunteți bolnavi și ferii-vă de contactul cu alte persoane cât de mult posibil pentru a împiedica răspândirea oricărei boli infecțioase.