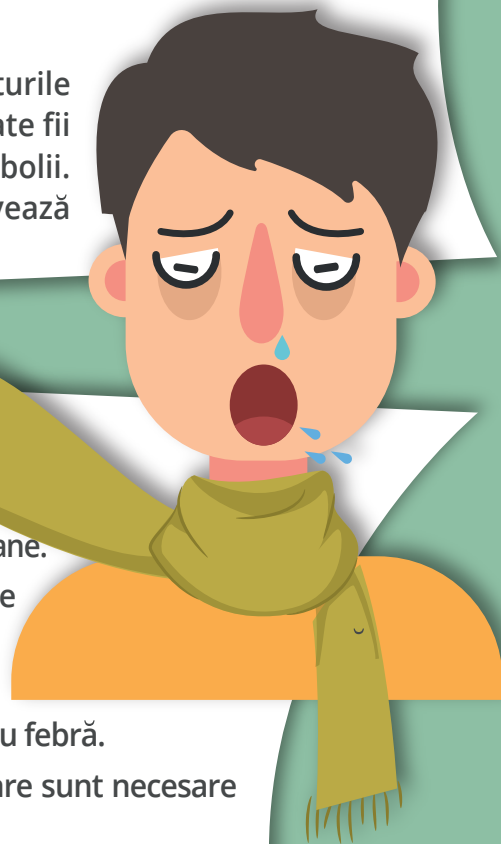


# GRIPA

Este o boală cauzată de către un virus, ce apare cu frecvență toamna și iarna. Începe de obicei brusc, cu febră mare (peste 38°). Deasemnea, de multe ori vine însoțită de frisoane, stare rea generală, dureri de cap, dureri musculare și de articulații, lăcrimare, tuse... de obicei poate să dureze între 5 și 8 zile.

Se răspândește de la persoană la persoană prin contact cu picăturile care se evacuează prin strănut și tuse care rămân pe mâini. ponați fii contagiată altor persoane pe o durată de 7 zile de la producerea bolii. Câteodată poate produce complicații (sinuzită, otită...) sau agravează alte boli cronice.



## Ce poți face?

- Folosește șervețele de unică folosință.
- Spăla-te pe mâini de mai multe ori pentru a evita contagiarea altor persoane.
- Când tușești sau strănuți acoperă-ti bine gura și nasul. Cel mai bine este să o faci în interiorul brațului îndoit.
- Nu fuma, nu consuma băuturi alcoolice.
- Poți consuma analgezice și antipiretice pentru durerea de cap sau febră.
- Nu consuma niciodată antibiotice pe cont propriu, în cazul în care sunt necesare doctorul sau doctorița îți va da rețetă.
- Dacă ai febră și stare generală rea, rămâi în casă acest lucru te va ajuta să depășești boala și în afară de aceasta nu vei contagia gripa altor persoane la locul de muncă, școală...
- Recurge la consultul medic dacă ai vreo boală cronică, ești însărcinată sau dacă este vorba de copii mici.

## Când se solicită asistență medicală sau când se recurge la urgență?

În cazul **copiilor mici**, dacă se observă:

- Respiră rapid ori au dificultate pentru a respira.
- Erupecii cutanate.
- Simptomele gripei se îmbunătățesc la început dar după aceea apar din nou.
- Nu vor să mănânce sau nu doresc nimic (a se juca, a se misca...)

În **persoane adulte**, se observa:

- Dificultate de a respira.
- Durere sau presiune în piept sau abdomen.
- Amețeli persistente.
- Stare de confuzie.
- Febra mai mare de 38° timp de patru zile.