

Dipartimento di Prevenzione
Servizio di Igiene e Sanità Pubblica

INFLUENZA A (H1N1)

Consigli per i malati:

- Restare in isolamento in una stanza o rispettare la distanza di 1 metro dalle altre persone fino a 24 ore dopo che la febbre è scomparsa senza l'uso di antipiretici (Tachipirina ecc.); in alternativa indossare mascherine "chirurgiche"
- Lavare spesso le mani accuratamente con acqua e sapone o utilizzare gel detergenti alcolici
- Coprire la bocca e il naso quando si starnutisce e tossisce usando un fazzoletto di carta
- Eliminare il fazzoletto di carta gettandolo in un cestino dei rifiuti lavandosi in seguito le mani accuratamente con acqua e sapone
- Se non si ha a disposizione un fazzoletto di carta quando si tossisce o starnutisce coprire la bocca e il naso con l'avambraccio. È importante evitare di coprirsi la bocca con le mani perché in questo modo vengono contaminate e rappresentano quindi una importante fonte di trasmissione
- Misurare la temperatura 2 volte al giorno o tutte le volte che si ha la sensazione di avere la febbre
- Evitare i contatti con persone che presentano fattori di rischio quali: portatori di malattie croniche cardiache e polmonari, diabetici, immunodepressi, donne in gravidanza o che allattano, soggetti con grave sovrappeso, anziani debilitati e bambini molto piccoli.