A H1N1 - PREKAWZJONIJIET GĦAL MIN SE JSIEFER

Għalkemm l-Għaqda Dinjija tas-Saħħa ddikjarat stat ta' Pandemija mill-virus Influenza A (H1N1), ma saret l-ebda restrizzjoni fuq l-ivvjaġġar bejn pajjiż u ieħor. Minħabba l-fatt li l-virus qiegħed jinfirex ma' ħafna pajjżi madwar id-dinja u s'issa hemm aktar minn 100 pajjiż effettwat, id-Diviżjoni tas-Saħħa tħoss li għandha għal darba oħra tfakkar lil dawk kollha li ser jivvjaġġaw dwar miżuri ta' prekawzjoni li huma rakkomandati.

Hu prudenti li min iħossu ma jiflaħx ma jsifirx għax ikun ta' riskju għalih u għal ħaddieħor.

L-influwenza tinfirex minn persuna għal oħra permezz ta' għatis jew sogħla jew permezz ta' kuntatt dirett jew indirett ma' *secretions* respiratorji ta' persuni infettivi. Għalhekk wieħed jista' jnaqqas ir-riskju tat-tixrid tal-influwenza billi jieħu ċertu prekawzjonijiet bħal ħasil tal-idejn, jgħatti ħalqu u mnifsejħ b'*tissue* kull meta jisgħol jew jagħtas, jevita li joqgħod imiss għajnejħ, imnieħru jew ħalqu. Wieħed għandu wkoll jevita kemm jista' jkun positijiet magħluqa jew kuntatti ma peruni li jistgħu jkunu morda.

Jekk wieħed iħossu ma jiflaħx waqt li jkun imsiefer ma għandux joħroġ u għandu jsejjaħ għal viżta ta' tabib. Ħadd ma għandu jieħu l-mediċina Tamiflu jekk mhux fuq ordni ta' tabib

Sintomi tal-Influwenza A H1N1 jistgħu jinkludu deni, sogħla, ħruq fil-griżmejn, flissjoni, uġiegħ fl-għadam, uġiegħ ta' ras, bard u għeja.

Jekk wieħed jiżviluppa deni 'l fuq minn 37.5^{o}C (100^{o}F) u sintomi tal-influwenza fi żmien sebghat ijiem minn meta jiġi minn post affetwat bl-inlfuwenza A (H1N1) ghandu jkellem lit-tabib tiegħu jew iċempel fuq 2132 4086.

DOI – 27.06.2009