



Qripə yoluxmağa daha çox aşağıdakı əhali qrupları meyllidir:

- ▶ Yaşı 65-dən yuxarı və 1-dən aşağı olanlar
- ▶ Ağ ciyərlərin, ürək-damar sisteminin xroniki xəstəlikləri, şəkərli diabet, immundefisitli vəziyyətləri olanlar
- ▶ Hamilələr
- ▶ Əvvəlki qrip tutulmalarında ağırlaşmaları olanlar
- ▶ Kənar şəxslərin qayğısına ehtiyacı olanlar
- ▶ Tənhalar (xüsusilə yaşlılar arasında), depressiyalı xəstələr



Qripin profilaktikası üçün ən vacib şərtlər:

- ▶ xəstə ilə kontaktdan uzaq olmaq
- ▶ əlləri tez-tez sabunla yumaq
- ▶ xüsusi maskalardan istifadə etməkdir.

Qripin yayıldığı dövrlərdə şəhər nəqliyyatından istifadəni mümkün qədər azaltmaq, ictimai yerlərdə az olmaq, uşaqları təmiz havada daha çox gəzdirmək məqsədəuyğundur.

Qripli xəstələrlə təmas qaçılmazdırsa, qripə qarşı **vaksinasiyanın** aparılması məsləhətdir. **Vaksinasiyanın aparılması barədə qərarı həkim verməlidir!**

Buklet Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi Kollegiyasının 28 noyabr 2008-ci il tarixli 28 sayılı qərarı ilə təsdiq edilmiş "Yuxarı tənəffüs yollarının kəskin respirator infeksiyalar və qrip üzrə klinik protokol" əsasında Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzində hazırlanmışdır.

Buklet Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin səhiyyə islahatları çərçivəsində ictimai səhiyyə kadrlarının hazırlanması üzrə Tədbirlər proqramı əsasında çap edilmişdir.



Bakı, AZ1122, Zərdabi küç., 96
Tel: 431-12-72, Faks: 430-52-85
office@isim.az www.isim.az

QRİP:

bunları bilmək vacibdir!

Qrip viruslar tərəfindən törədilən infeksiyon xəstəlikdir. Çox sürətlə, hava-damcı yolu ilə yayılır.

Qrip həmişə kəskin başlayır, qrip zamanı xəstənin vəziyyəti soyuqdəyməyə nisbətən daha çox dəyişir və sağalmağa daha çox vaxt tələb olunur.

Əgər özünüzdə:

- ▶ pis əhval-ruhiyyə,
- ▶ əzginlik, yorğunluq,
- ▶ əzələ ağrısı,
- ▶ baş ağrısı,
- ▶ zökəm (burundan zəif ifrazat),
- ▶ asqırma,
- ▶ xəstəliyin 2-ci günü güclənən güclü öskürək,
- ▶ boğaz ağrısı hiss edirsinizsə
- ▶ və bədən temperaturunuz bir neçə gün ərzində sürətlə yüksəlsə (39-40°C dərəcəyədək),

onda qripə yoluxduğunuzdan şübhələnməlisiniz.

Vəziyyətinizi necə yüngülləşdirə bilərsiniz:

- ▶ Evdə qalın, yataq rejiminə riayət edin
- ▶ Çoxlu maye qəbul edin
- ▶ Spirtli içkilərdən və siqaret çəkməkdən çəkinin
- ▶ Əgər temperatur 38,5°C-dən yüksəldirsə, qızdırma salan dərmanlardan (parasetamol) istifadə etmək olar.
- ▶ Boğaz ağrısını azaltmaqdan ötrü bunun üçün nəzərdə tutulan sprey və həblərdən, baş ağrısını aradan qaldırmaq üçün ağrıkəsici-lərdən istifadə etmək məqsədəuyğundur.
- ▶ Burun tutulmasını azaltmaq məqsədilə qısa müddət ərzində burun damcıları və spreylərdən istifadə etmək mümkündür.

YADDA SAXLAYIN!

- Həkimlə məsləhətləşməmiş uşaqlara dərman verməkdən çəkinin.
- Heç bir zaman 16 yaşdan kiçik olan uşaqlara aspirin vermək olmaz!

QRIP ZAMANI ANTİBİOTİK QƏBUL ETMƏYİN VƏ UŞAQLARINIZA ANTİBİOTİK VERMƏYİN!

Antibiotiklərin virus xəstəliklərinə qarşı heç bir təsiri yoxdur!
Onlar yalnız qripin ağırlaşmaları zamanı həkim tərəfindən təyin edilir!



Virus əleyhinə dərman preparatları soyuqdəyməyə təsir etmirlər!

Bütün virus əleyhinə preparatlar həkim tərəfindən təyin olunmalıdır!



Əgər sizdə bronxial astma və ya xroniki bronxit varsa, bu barədə həkimə məlumat verin – belə hallarda inhalyasiya formasında dərman vasitələrinin xoşagəlməz fəsadları ola bilər!

Əgər sizdə aşağıdakı əlamətlər baş verərsə qətiyyənlə özünü müalicə ilə məşğul olmayın, təcili həkimə müraciət edin!!!

- ▶ Soyuqdəymə əlamətlərinin bir həftədən çox davam etməsi
- ▶ Qulaqda ağrı və ifrazatın əmələ gəlməsi
- ▶ Şiddətli baş ağrısının əmələ gəlməsi
- ▶ Temperatur 39,5°C və daha yuxarı qalxması
- ▶ Təngnəfəsliyin və xırıltılı tənəffüsün əmələ gəlməsi
- ▶ Boğazda güclü ağrılar və ya öskürəyin bir həftədən çox davam etməsi, qatı bəlgəmin xaric olması



Diqqət!
Vaxtında müalicə olunmamış qripin təhlükəli ağırlaşmaları var!