



Domuz gribi

sodexo
Her yeni gün daha iyiye

Domuz gribi nedir?

Domuz gribi, İnfluenza A tipi (H1N1) virüsten kaynaklanan bir solunum hastalığıdır. Hastalık ilk kez Meksika ve ABD'de görülmüş ve sonrasında birçok ülkeye yayılmıştır.

Nasıl bulaşır?

Mevsimsel grip ile aynı yolla bulaşmaktadır.

- İnsandan insana, genellikle öksürme ve hapsirme esnasında ortama yayılan ve virüs içeren damlacıklarla bulaşır. Bu damlacıklar, direk solunum yolu ile alınabileceği gibi ortamdaki kapı kolu, masa, sandalye gibi cansız yüzeylerden eller vasıtasıyla da alınabilir.
- Tokalaşma ile bulaşabilir.
- Virüs, sağlam kişiye ağız, burun ve göz yolu ile bulaşabilmektedir.
- Kişi, hastalık başlangıcından 1 gün öncesi ve 7 gün sonrasına kadar bulaştırıcıdır.
- Virüs gıdalarla bulaşmamaktadır.

Belirtileri nelerdir?

Belirtiler mevsimsel grip belirtileri gibidir.

- Yüksek ateş (koltuk altından ölçülen 38 °C ve üzeri),
- Öksürük,
- Boğaz ağrısı,
- Burun akıntısı,
- Vücut ağrıları,
- Yorgunluk,
- Baş ağrısı,
- Titreme, halsizlik, üşüme,
- Nadiren kusma ve ishal.

Nasıl korunuruz?

Hasta değilseniz:

- Su ve sabun ile sık sık ellerinizi yıkayınız.
- Bulduğunuz ortamı sık sık havalandırınız.
- Kapalı ve hasta kişilerin bulunduğu ortamlardan uzak durunuz.
- Öksürük ve aksirik esnasında ağız ve burnunuzu tek kullanımlık mendil ile kapatınız ve kullanılan mendili çöpe atınız, çantanıza koymayınız. Aniden hapsirdiğimizde elinizi değil kolunuzu kullanınız.
- Eller ağız ve buruna götürülmemelidir, virüs bu yolla yayılabilir.

Hasta iseniz:

- Acil durumlarda mutlaka doktora başvurunuz.
- Hastalığı diğer kişilere yaymamak için mümkünse evden dışarı çıkmayınız.
- Evdeki diğer kişileri korumak için yakın temastan kaçınınız. Basit cerrahi maske kullanınız.
- Kişisel eşyalarınızı (havlu, diş fırçası, çatal, kaşık, nevresim, çarşaf vb.) başka kişilerle paylaşmayınız.
- El temizliği için alkol bazlı dezenfektan kullanabilirsiniz.
- Bol sıvı alıp beslenmenize dikkat ediniz ve istirahat ediniz.

Çocuklarda acil tıbbi yardım gerektiren durumlar:

- Hızlı nefes alma ya da solunum güçlüğü
- Mavimsi dilt rengi
- Yeterince sıvı alamama
- Uyanamama ya da uyarılara cevap verememe
- Huzursuzluk
- Grip benzeri semptomlara ek olarak ateş ve şiddetli öksürük
- Döküntü

Yetişkinlerde acil tıbbi yardım gerektiren durumlar:

- Solunum güçlüğü veya nefes darlığı
- Göğüs ya da karın içinde ağrı veya basınç
- Ani baş dönmesi
- Bilinç bulanıklığı
- Şiddetli bulantı ve kusma

Tedavi

Grip tedavisinde kullanılan antiviral ilaçlar bu grip türünün tedavisinde de kullanılmaktadır. Destekleyici tedavi olarak şikayetlerin azaltılmasına yönelik doktor tavsiyesi ile çeşitli ilaçlar kullanılmaktadır. Doktor tavsiyesi olmadıkça antibiyotik kullanılmamalıdır.

SODEXO NASIL ÖNLEMLER ALIYOR?

- * Dünyada ve ülkemizde yakından takip edilen domuz gribi salgını nedeniyle, toplu yaşam alanlarında alınması gereken tedbirlerin önemi artmaktadır. Hizmet sektöründe faaliyet gösteren Sodexo, çalışanlarının ve misafirlerinin sağlıklarını korumak adına, sorumluluğunun bilincinde olarak süreci takip etmekte ve çalışmalarını sürdürmektedir.
- * Personelimize, domuz gribi salgını ve İnfluenza A (H1N1) virüsünden korunma yolları konusunda bilgilendirme yapılmaktadır.
- * İnfluenza A (H1N1) virüsü gıdalar ile bulaşmamaktadır. Mutfağımızda gıda güvenliği kuralları eksiksiz uygulanmakta ve denetlenmektedir.
- * Çalışanlarımıza periyodik olarak sağlık muayeneleri ve gerekli testler yapılmaktadır.
- * El hijyeninin etkin olarak sağlanması amacıyla dezenfektanlı el sabunu ve alkol bazlı dezenfektan kullanılmaktadır.
- * Personelimizin yanı sıra, tedarikçilerimiz ve ziyaretçiler için mutfağa giriş çıkışlarda gerekli hijyen tedbirleri alınmaktadır.
- * Temizlik ve hijyen uygulamalarında JohnsonDiversey ürünleri kullanılmaktadır.
- * Yüzey-ekipmanların temizlik ve dezenfeksiyon etkinliğinin artırılması amacıyla, mevcut hijyen planımıza ilave olarak, dezenfektanlı temizlik ürünleri eklenmiş ve uygulama periyodu artırılmıştır.