

Turvallista tietoa

2.9.2009

A(H1N1) influenssa

Paljon keskustelua aiheuttaa tällä hetkellä niin sanottu sikainfluenssa. Mitään syytä paniikkiin ei kuitenkaan ole.

2.9.2009 tilanne Suomessa varmistettujen tartuntojen määrä on 214 tartuntaa.

Kaikkia epäilyjä ei enää varmisteta laboratoriotestien avulla, joten luku on kuitenkin todennäköisesti jonkin verran suurempi.

Tämän aamun tilanteen mukaan Ruotsissa varmistettuja tapauksia on 756, Norjassa 1025 ja Virossa 61.

Laboratoriotestit tehdään kaikille sairaalahoitoa tarvitseville sekä harkinnan mukaan riskiryhmiin kuuluville sairastuneille.

Mikä virus on

Influenssa on influenssavirusten (tyypit A ja B) aiheuttama äkillinen ylempien hengitysteiden tulehdus.

Terveet aikuiset toipuvat taudista yleensä 1–2 viikon vuodelevolla.

Influenssan itämisaika on tavallisesti n. 2-3 päivää, mutta oireet voivat alkaa 1-7 päivän aikana tartunnan saamisesta.

Miten suojautua influenssalta

Kaikkein tärkein suojautumiskeino on hyvä käsihygienia ja oikea yskimistekniikka. Samat ohjeet kuin mitä yleensä flunssakauden aikana, pätevät myös influenssaan.

Nenä- ja suusuojainten käyttö on tarpeetonta. Suojainten käyttö on kuitenkin hyödyllistä jos * matkalla kotiin tai sairaalaan, kun oireet ovat jo alkaneet

* kotona perheenjäsenen tai jonkun muun hoitaessa sairasta

* kun sairastunut henkilö ei voi muuten välttää läheistä yhteyttä terveeseen henkilöön

Oireet

Sikainfluenssan oireet ovat samanlaisia kuin muiden influenssavirusten aiheuttamat.

Yleisimpiä oireita ovat äkillinen kuume, kurkkukipu, yskä ja nuha. Influenssa ei tyypillisesti ala pelkällä nuhalla.

Muita mahdollisia oireita ovat jäsenten särky, päänsärky, vilunväristykset ja väsymys. Oksentelu ja ripuli eivät ole tavallisia influenssassa, mutta näitäkin oireita voi esiintyä. Lapsilla voi olla myös vatsakipua.

Lievistä oireista kärsivät, riskiryhmiin kuulumattomat henkilöt eivät pääsääntöisesti

tarvitse lääkärin tekemää taudinmäärittystä tai lääkohoitoa. Jotkut oireet vaativat kuitenkin välitöntä hoitoa.

Välitöntä hoitoa vaativat oireet

Jos sairastut, ja sinulla ilmenee jokin seuraavista influenssan yhteydessä esiintyvistä oireista, hakeudu mahdollisimman pian lääkärin hoitoon.

- hengitysvaikeuksia
- kipu tai paine rinnassa
- äkillinen huimaus tai sekavuus
- voimakas tai jatkuva oksentelu
- influenssan oireet häviävät, mutta palaavat sitten kuumeen ja pahemman yskän kera

Jos sairastut

Jos oireet ovat lieviä, etkä kuulu riskiryhmiin, lääkärin tekemään taudinmäärittystä tai viruslääkohoitoa ei pääsääntöisesti tarvita, vaan taudin voi sairastaa kotona. Vältä läheistä kontaktia muihin ja pysytköte kotona kunnes kuume on poissa ja muut oireet vähenevät. Sairaana ollessa lepo ja riittävä nesteiden nauttiminen on tärkeää. Kuumetta ja särkyä voi lievittää apteekista ilman reseptiä saatavilla lääkkeillä. Influenssa paranee useimmiten noin viikon kotilevolla.

Tarkkaile vointiasi ja ota tarvittaessa yhteyttä lääkäriin.

Itellan ohjeistus

Jos epäilet sairastavasi sikainfluenssaa, soita esimiehellesi, joka voi myöntää sinulle enintään 3 päivää sairauslomaa. Jos tautisi jatkuu ota puhelimitse yhteyttä työterveyshuoltoon.

Jos sinulla on alle 10-vuotiaita lapsia, jotka sairastuvat, esimiehesi voi myöntää sinulle enintään neljän päivän poissaolon, kolme palkallisena

Itellassa erityisjärjestelyihin ryhdytään jos/kun työpaikalla on useita influenssaan sairastuneita.

NÄITÄ OHJEITA NOUDATETAAN ITELLA OYJ:N JOKAISISSA LIIKETOIMINTARYHMÄSSÄ!



Lähteet:

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/ah1n1v/ajankohtaista
https://point.itella.com/intranetportal/cm/support/healthcare-wellbeing/Tyoterveyshuolto/h1n1/index_fi.html

