



**MINISTERUL SĂNĂTĂȚII**  
**DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ BIHOR**  
Oradea, Str. Libertății nr. 34, cod 410042  
Telefon: 0259434565, Fax: 0259418654  
e-mail: [secretariat@dspbihor.gov.ro](mailto:secretariat@dspbihor.gov.ro)  
Pagină web: <http://www.dspbihor.gov.ro>



## COMUNICAT DE PRESĂ

Având în vedere menținerea condițiilor meteorologice caracterizate prin umiditate crescută și temperaturi excesive, **Direcția de Sănătate Publică Bihor recomandă populației:**

### - Măsuri de protecție împotriva mușcăturii de țânțar:

- autoprotecția: Ministerului Sănătății recomandă folosirea mijloacelor de protecție fizică a populației pentru evitarea expunerii la înțepăturile țânțarilor, protecția tegumentelor - îmbrăcăminte cu mâneci lungi și pantaloni lungi, șosete, folosirea mănușilor, utilizarea substanțelor repelente conținând DEET (N,N-diethyl-3- methylbenzamide) pe părțile neacoperite ale corpului
- evitarea pătrunderii țânțarilor în case prin închiderea ușilor și a ferestrelor sau prin punerea de plase la uși și ferestre. Utilizarea în interiorul locuinței de spray-uri sau alte produse cu insecticide
- **măsuri în gospodăriile individuale** pentru a elimina eventualele depozite de deșeuri și apă stagnantă, care pot favoriza dezvoltarea țânțarilor, prin golirea recipientelor de colectare a apei pluviale, a jardinierele, a bidoanelor și a găleților, îndepărtarea anvelopelor uzate din curți, curățarea jgheaburilor înfundate, **aplicarea măsurilor de dezinfecție împotriva vectorilor în gospodăriile personale**
- evitarea zonelor cu multă vegetație și umiditate ridicată (parcuri, păduri, ape stătătoare etc.)
- țânțarii - transmit o serie de boli, cum sunt encefalitele (West Nile și Encefalita Europei Centrale). **În cazul în care prezentați semne și / sau simptome de boală prezentați-vă de urgență la cel mai apropiat cabinet medical**

### - Măsuri de protecție împotriva mușcăturii de căpușe:

- când faceți o drumeție sau ieșiți la iarbă verde, purtați haine deschise la culoare (pe care se vor observa mai ușor eventualele căpușe), pantaloni lungi cu elastic jos sau introduși în șosete, bluze cu mânecă lungă, șapcă și, eventual, mănuși. E de preferat să folosiți încălțăminte fără orificii sau decupaje – pantofi sport în loc de papuci, sandale.
- evitați să treceți prin tufișuri sau zone cu iarbă înaltă. Folosiți păături pentru picnic deschise la culoare, folosiți plase anti-insecte/fole de protecție când dormiți în aer liber sau în cort.
- se pot folosi substanțe de tipul spray, loțiuni, unguente care previn infectarea cu căpușe. Acestea se pot aplica pe piele sau pe haine (conform indicațiilor de utilizare) și pot fi achiziționate din farmacii. Atenție! În cazul copiilor se pot utiliza doar produse adecvate vârstei lor.
- după activitățile în aer liber, inspectați în întregime cu atenție corpul dumneavoastră, al copiilor și blana animalelor care v-au însoțit.
- faceți un duș când vă întoarceți din excursie sau de la picnic. Căpușele pot sta pe piele chiar și câteva ore fără să se atașeze, așadar e posibil să scăpați de cele nefixate.
- dacă locuiți la curte, îngrijiți cu mare atenție grădina, spațiile de depozitare, pereții casei – mai ales eventualele crăpături apărute. Curățați corespunzător tufișurile, îndepărtați frunzele uscate, tundeți periodic iarba, depozitați lemnele în locuri expuse la soare.
- este foarte important să deparaziți extern, conform indicațiilor medicului veterinar, animalele din gospodărie. În general, câinii ținuți în curte necesită deparazitare externă lunară.

- persoanele care desfășoară activități în zone frecvent populate de căpușe sau în ferme de animale, vor purta echipamente specifice de protecție.
- Căpușele pot transmite, prin mușcătură, o serie de boli precum encefalita de căpușe, boala Lyme (borelioza Lyme). **Nu tratați cu indiferență mușcătura de căpușă!** Căpușele trebuie îndepărtate în întregime imediat ce sunt descoperite. Îndepărtarea corectă și completă a căpușelor se poate efectua doar de către personal medical calificat! **Pentru orice suspiciune de boală adresați-vă medicului!**

#### - Măsuri de protecție pentru prevenirea intoxicațiilor cu ciuperci:

- consumul ciupercilor de cultură, provenite din unități autorizate și / sau însoțite de certificate de calitate, evitarea cumpărării ciupercilor de la comercianții ambulanți, culegătorii amatori, persoane străine de la marginea drumurilor;
- evitarea culesului / consumului ciupercilor din flora spontană (păduri, pășuni);
- neimplicarea copiilor în procesul de culegere a ciupercilor;
- supravegherea copiilor mici pentru a se evita riscul intoxicării accidentale. **Intoxicația cu ciuperci la copii include forme de gravitate variabilă și cu evoluție imprevizibilă!**
- **ciupercile otrăvitoare nu-și pierd toxicitatea prin preparare!** Toxinele ciupercilor sunt foarte rezistente la prelucrarea termică și nu se distrug.
- **ceapa, usturoiul sau pătrunjelul care se schimbă la culoare, lingura de argint, nu sunt indicatori specifici ai toxicității ciupercilor.** De asemenea este absolut greșit să considerăm că ciupercile care sunt mâncate de insecte, sunt comestibile. Pentru insecte toxina poate fi inofensivă datorită metabolismului diferit de cel al omului.
- evitarea conservării ciupercilor provenite din flora spontană și/sau surse neautorizate, în condiții casnice;
- în cazul apariției oricăror semne clinice după consumul de ciuperci, este necesară **prezentarea imediată la unitățile de Primiri Urgențe din spitale sau apelarea Serviciului de Ambulanță.**

#### - Măsuri pentru a preveni toxiinfecțiile alimentare:

- păstrați produsele alimentare la temperaturi adecvate;
- înainte de prepararea alimentelor, de servirea mesei și după folosirea toaletei, **spălați-vă bine pe mâini cu apă și săpun;**
- preparați și serviți masa în spații curate;
- **evitați consumul alimentelor al căror aspect, miros și gust sunt modificate**
- cumpărați numai produse alimentare păstrate și comercializate în condiții corespunzătoare de igienă;
- protejați alimentele de contactul cu insecte sau rozătoare;
- în cazul alimentelor gătite, asigurați o temperatură de peste 70°C în toată masa alimentului, atât la preparare cât și la reîncălzire;
- **spălați bine, sub jetul de apă, fructele și legumele, înainte de a le consuma;**
- alimentele pregătite pentru sugari trebuie să fie consumate **imediat** după preparare, fără a fi încălzite sau păstrate la frigider;

**Director executiv**

**Dr. Daniela Rahotă**