



20.09.2023

## COMUNICAT DE PRESĂ

Având în vedere trendul ascendent al numărului de cazuri de infecții SARS-CoV-2, atât la nivel național cât și județean, creșterea numărului de cazuri confirmate care necesită asistență medicală în unitățile sanitare din județul Bihor, începutul activităților în unitățile de învățământ precum și apropierea sezonului rece și implicit a riscului de apariție a cazurilor de gripă sau alte infecții respiratorii, vă adresăm rugămintea de a disemina informațiile și recomandările generale pentru populație, menționate mai jos.

**COVID-19** este boala cauzată de virusul numit coronavirusul sindromului respirator acut sever 2 (SARS-CoV-2). Virusul SARS-CoV-2 a apărut la sfârșitul anului 2019 și s-a răspândit foarte rapid cauzând, la nivel global, până în data de 17 mai 2023, 766.440.796 de cazuri și 6.932.591 de decese.

Pe teritoriul României, în anii 2020 și 2021, au fost înregistrate 1813823 de cazuri și 58971 de decese generate de acest virus.

Subvariantele virale actuale, aflate în circulație, cauzează simptome similare tulpinii SARS-CoV-2 Omicron, **afectând cu precădere tractul respirator superior** și produc manifestări clinice similare unei răceli:

- Rinoree (secreție nazală) sau congestie nazală (nas înfundat)
- Dureri în gât
- Tuse
- Febra și/ sau frisoane
- Dureri musculare
- Dureri de cap
- Dificultăți de respirație
- Stări de oboseală
- Greață și/sau vărsături
- Diaree
- +/- Pierderea mirosului (anosmie), pierderea gustului (disgeuzie)

Persoanele cu vârsta de peste 65 de ani și cele cu un sistem imunitar deficitar sunt expuse unui risc mai mare ca virusul să determine infecții ale tractului respirator inferior, cauzând forme severe de boală. În acest sens, subliniem importanța evitării contactului persoanelor simptomatice / confirmate cu persoanele din grupele la risc cum ar fi: copii, femeile gravide, persoanele imuno-compromise, bolnavii cu afecțiuni cardiovasculare, afecțiuni cronice ale aparatului respirator, diabet zaharat etc, care ar putea dezvolta forme severe de boală.

În cazurile în care simptomele sunt de intensitate ușoară, medicul poate oferi recomandări de îngrijire la domiciliu sau, pentru cazurile ușoare fără factori de risc, se poate opta pentru portul măștii, fără izolare la

domiciliu. Persoanele cu simptome severe pot avea nevoie de îngrijire și asistență medicală specializată în unități sanitare.

**Gripa** este o boală acută, infecțioasă, foarte contagioasă, produsă de virusurile gripale, care poate evolua rapid și poate determina complicații și chiar deces, în special în rândul persoanelor vulnerabile din punct de vedere medical. Virusurile gripale se transmit pe cale aerogenă prin picăturile răspândite de o persoană infectată care tușește sau strănută sau, indirect, atunci când picăturile sau secrețiile din nas sau gât ajung pe mâini sau pe alte suprafețe care sunt atinse de alte persoane, care își duc apoi mâna la gură sau nas. Simptomele asociate gripei sunt: febră mare, 38-40°C, care durează între 3 și 5 zile, tuse, frisoane, dureri de cap (cefalee) în regiunea frontală, dureri la nivelul globilor oculari, fotofobie (pacientul nu poate suporta lumina), senzația de înțepături în nas și gât, strănut, secreții nazale apoase, nas înfundat, dureri musculare, dureri articulare, oboseală și astenie. Formele cele mai severe de boală, însoțite de o rată mare a complicațiilor și deceselor apar mai ales la copii, vârstnici și persoane cu boli cronice.

**Pentru prevenirea și limitarea îmbolnăvirilor prin gripă, a cazurilor de infecție COVID-19 precum și a altor tipuri de infecții virale respiratorii se recomandă:**

- consultarea medicului de familie la apariția simptomelor respiratorii pentru a stabili diagnosticul, indicațiile terapeutice, izolarea și eventuale investigații suplimentare sau chiar direcționarea spre unitățile sanitare în caz de necesitate;
- respectarea etichetei tusei și strănutului (acoperiți gura și nasul atunci când tușiți sau strănutați, utilizând batiste de unică folosință pe care le aruncați după utilizare sau, în lipsa batistei, este recomandat ca atunci când tușiți sau strănutați să folosiți plica cotului);
- menținerea unei igiene adecvate a mâinilor, în vederea reducerii răspândirii virușilor;
- intensificarea măsurilor de igienizare și dezinfectare a spațiilor interioare, în mod special a spațiilor utilizate în comun;
- evitarea aglomerațiilor, aerisirea spațiilor închise și purtarea măștii de protecție de către persoanele care prezintă simptome respiratorii;
- vaccinarea antigripală și/sau vaccinarea împotriva SARS-CoV-2, în special pentru populația expusă la risc crescut de îmbolnăvire sau complicații ale acestor afecțiuni respiratorii — persoane cu vârsta peste 65 de ani, gravide, persoane imunodeprimare, persoane cu afecțiuni cronice respiratorii sau cardiace;
- evitarea automedicației și a consumului nejustificat de antibiotice
- un regim de viață sănătos cu un raport optim între perioadele de efort și perioadele de odihnă, creșterea rezistenței generale a organismului prin consumul alimentelor bogate în vitamina C (fructe, legume), dietă echilibrată, hidratare corespunzătoare, evitarea stresului.

**Director executiv  
Dr. Daniela Rahotă**