



## PROTEJEAZĂ-ȚI COPILUL ÎMPOTRIVA GRIPEI!

Gripa este o afecțiune respiratorie severă. Copiii joacă un rol important în transmiterea gripei în familie și comunitate. Vaccinarea antigripală este cea mai eficientă metodă de reducere a riscului de îmbolnăvire cu gripă.

Administrat intranasal sau intramuscular, vaccinul gripal ajută la protecția întregii familii.

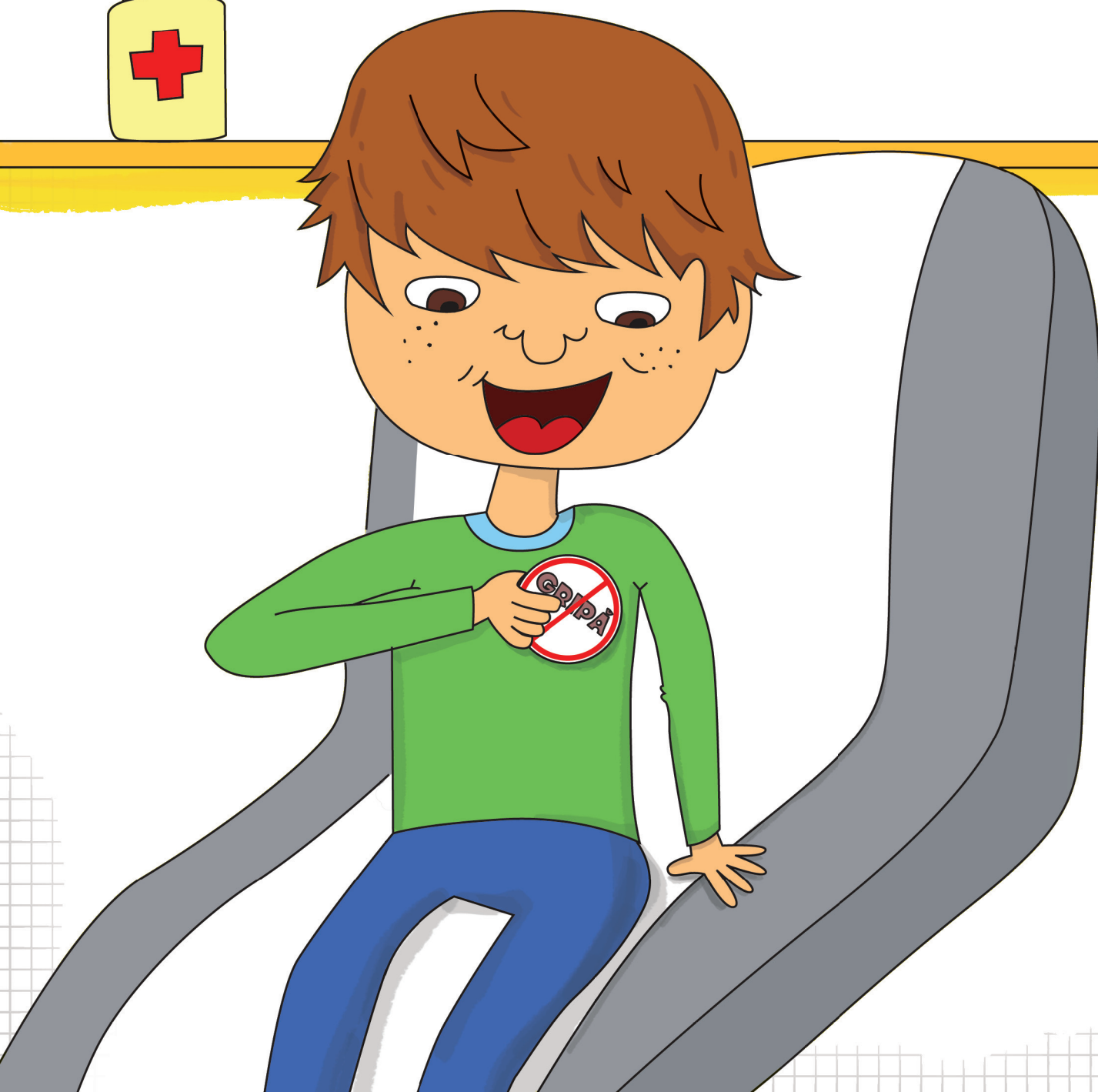




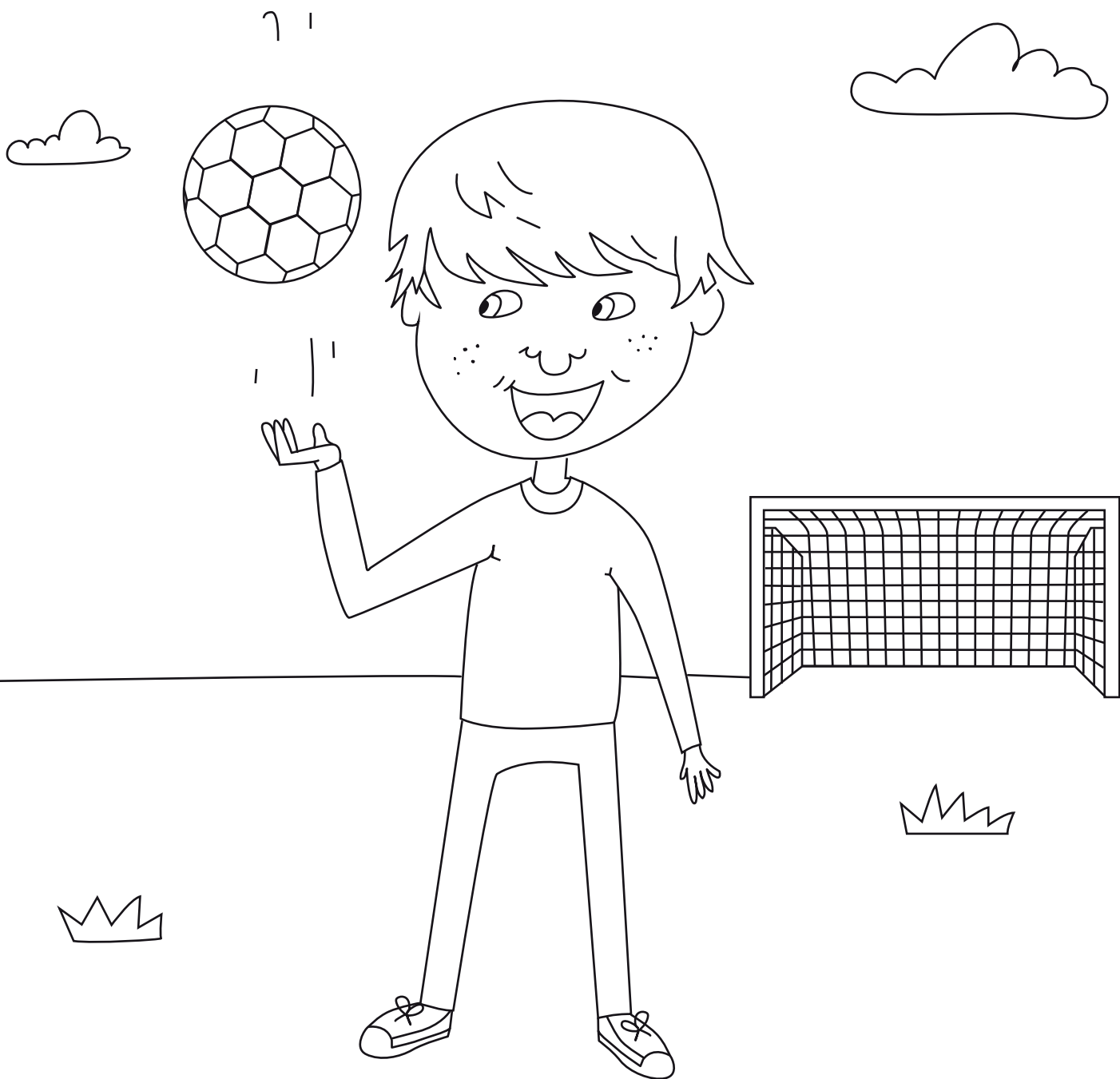
Asociația Pro Imunizare a luat naștere în urma numeroaselor semnale de alarmă apărute cu privire la creșterea incidenței bolilor contagioase în contextul scăderii acoperirii vaccinale în rândul populației. Organizația dorește să aducă argumente științifice credibile, care să explice oamenilor cum vaccinarea poate deveni parte firească a unui proces absolut necesar de prevenție. Printre inițiativele de până acum ale Pro Imunizare se numără: organizarea mai multor ediții ale Forumului Național STOP GRIPĂ, în 2012 – 2017 (primele demersuri educaționale referitoare la gripa sezonieră, care au reunit specialiști români și din străinătate în vederea formulării unei opinii comune cu privire la necesitatea prevenirii gripei sezoniere prin vaccinare), lansarea portalurilor de informare [www.proimunizare.ro](http://www.proimunizare.ro) și [www.stopgripa.ro](http://www.stopgripa.ro), precum și numeroase articole în presa centrală.

Preluare de pe <https://www.nfid.org/wp-content/uploads/2019/08/flu-coloring-book.pdf> din data de 20 noiembrie 2019, prin amabilitatea Fundației Naționale pentru Boli Infecțioase (Statele Unite ale Americii)

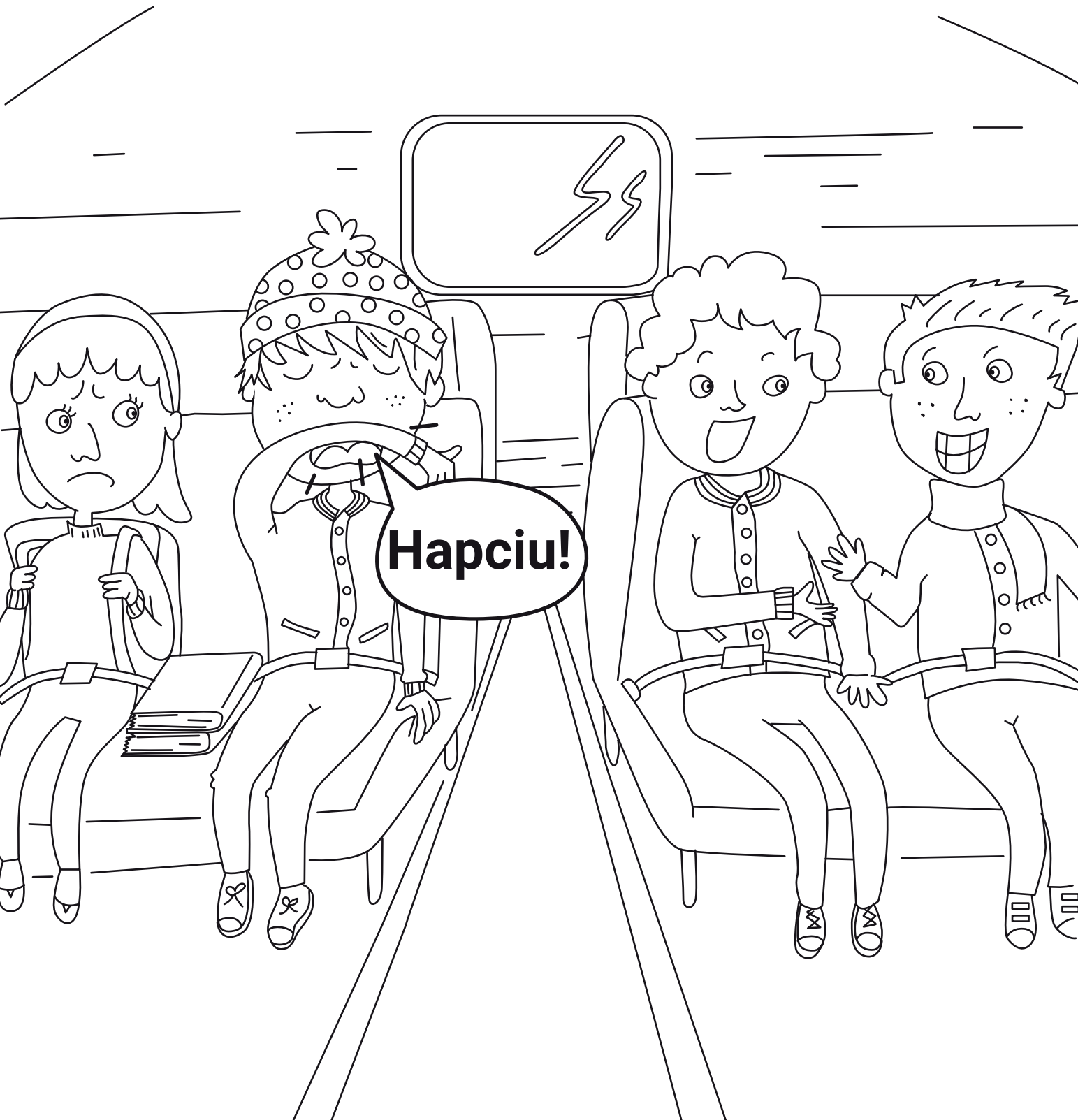
# Cum să luptăm împotriva gripei?



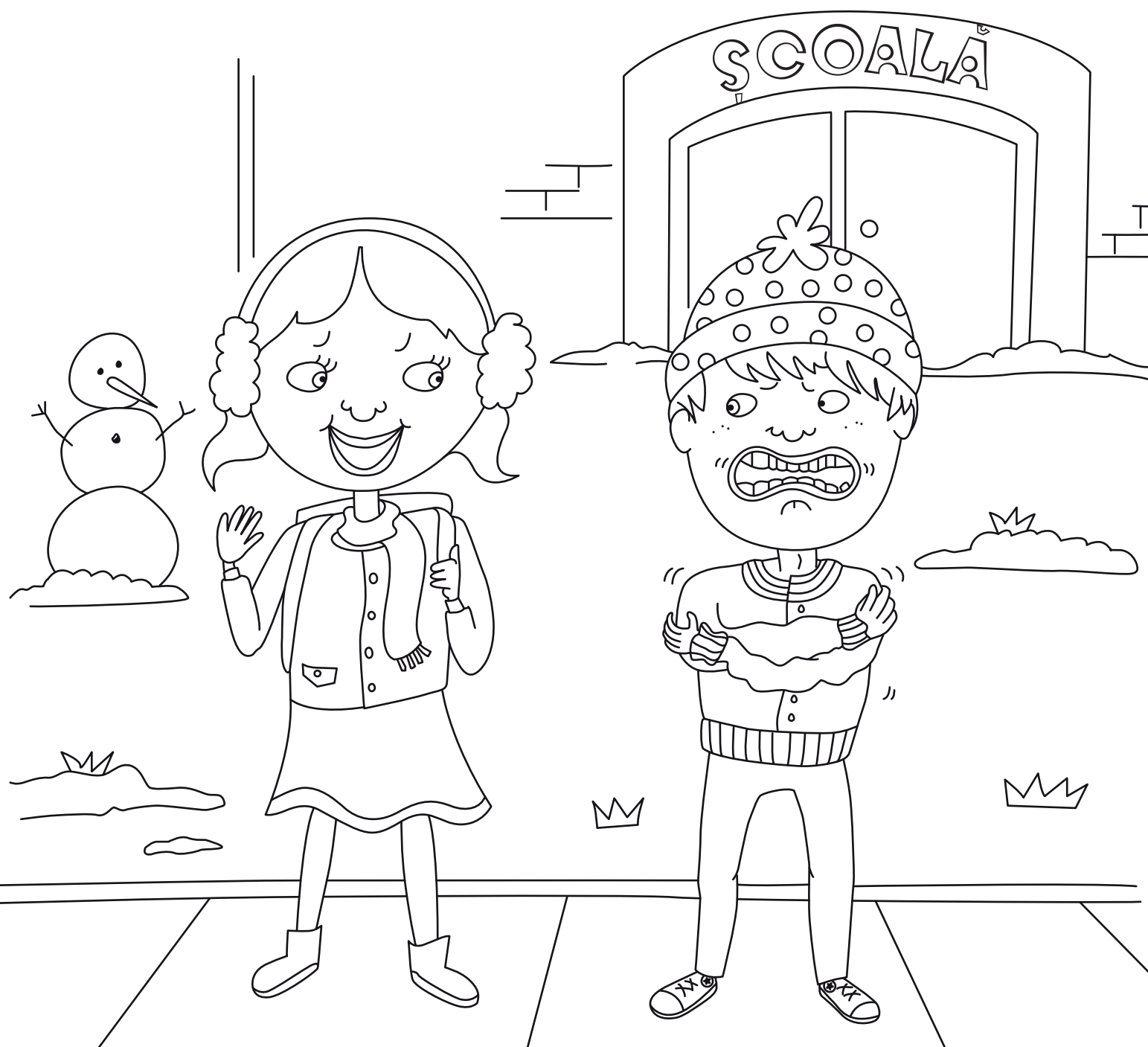
**Acesta este Andrei.  
Lui Andrei îi place să joace fotbal.**



**Într-o zi, în drum spre școală, Andrei  
s-a simțit rău. Când a tușit, și-a  
acoperit gura cu mâinile.**



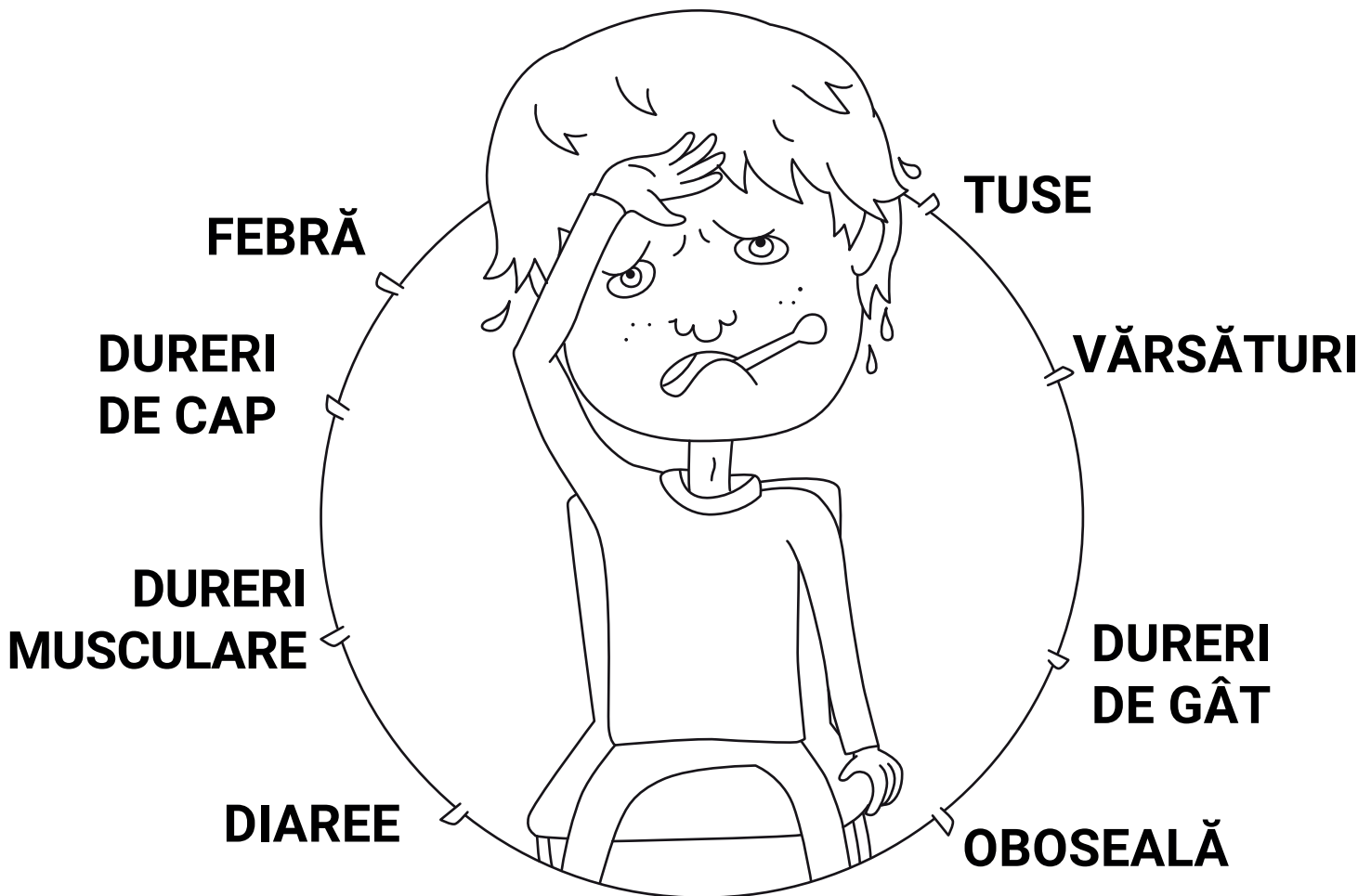
**La școala, Andrei s-a simțit și mai rău.  
Îi era când cald, când frig. Avea frisoane.  
Era foarte obosit și își dorea să doarmă.**



**Învățătoarea l-a trimis pe Andrei  
la cabinetul medical școlar.**



**Andrei i-a spus asistentei medicale:  
"Mă simt foarte obosit. Mă doare peste tot".  
Asistenta l-a întrebat pe Andrei dacă are:**

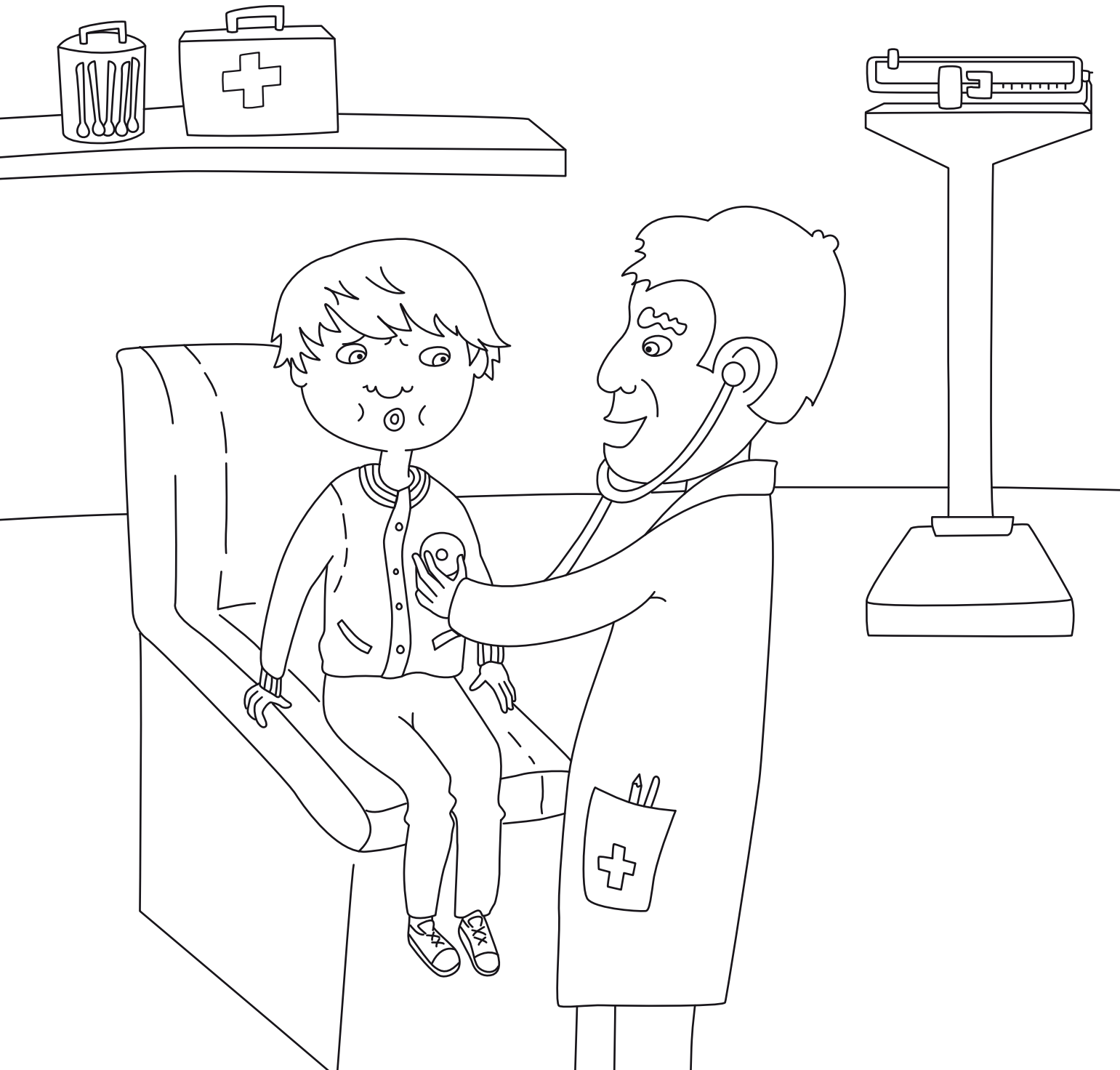


**Asistenta a sunat-o pe mama lui Andrei  
și i-a sugerat să meargă la medic  
pentru a vedea dacă nu are gripă.**



**Doctorul i-a spus: "Andrei, ai gripă.  
Am să îți dau un tratament care  
te va ajuta să lupți împotriva gripei."**

*TRUSA DE  
PRIM AJUTOR*



Odată ajunși acasă, mama i-a dat tratamentul,  
supă de pui și multă apă.



**Când Andrei s-a simțit mai bine, s-a  
întors la școală și le-a spus prietenilor  
săi cum a luptat împotriva gripei.**

**AM ÎNVINS!**

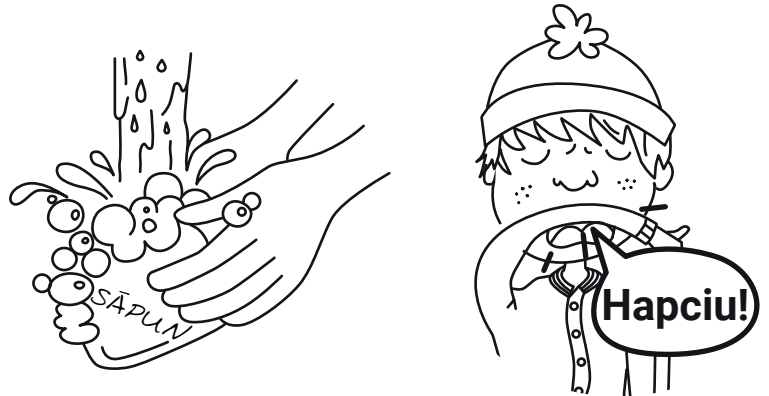


## Iată ce a învățat Andrei

- 1 **Vaccinează-te în fiecare an.**



- 2 **Spală-te pe mâini și acoperă-ți gura când tușești.**



- 3 **Mergi la doctor când încep simptomele gripei.**



**Cum te simți când ai gripă?**

**Mă simt:**

---

---

---

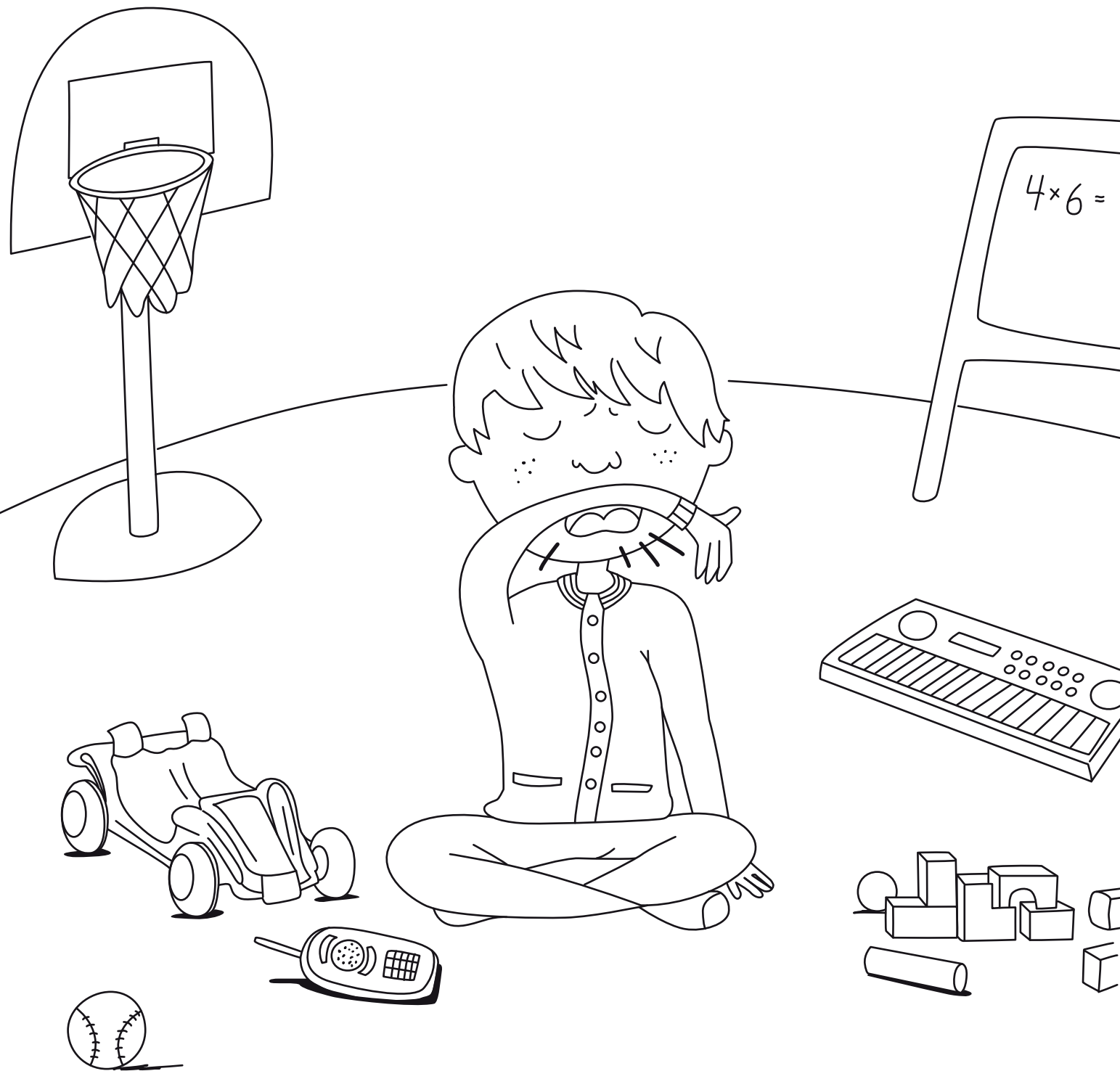
---

---

---

**Desenează starea pe care ți-o dă gripa:**





**Gripa se transmite pe cale  
aeriană și prin contact direct.**

# Ce trebuie să știm despre gripă

## Ce este gripa?<sup>1</sup>

Gripa sezonieră este o infecție virală acută care se transmite cu ușurință de la o persoană la alta. Oricine se poate infecta cu virus gripal, dar rata infecțiilor este extrem de ridicată în rândul copiilor (peste 20-30% anual). Gripa este responsabilă pentru un număr mare de spitalizări, cele mai multe la copiii sub 5 ani. Anul trecut în România 9.747 de cazuri cu afecțiuni clinice compatibile cu gripa au fost internate (41% din totalul de afecțiuni raportate), cele mai multe în grupa de vârstă 0-4 ani<sup>2</sup>.

## Cum se manifestă?

Simptomele de gripa și răceală sunt similare. Spre deosebire de răceală sau alte viroze respiratorii, la gripă debutul bolii este brusc, cu simptome precum febră foarte mare (39-40 de grade), care durează între 3 și 5 zile, frisoane, cefalee (dureri de cap) în regiunea frontală, dureri la nivelul globilor oculari, fotofobie (pacientul nu poate suporta lumina), dureri musculare și uneori chiar dureri articulare difuze.

Trebuie ținut cont de faptul că la copii, în cazurile de gripă, există riscul ca, pe lângă febră mare și laringită, să apară convulsii febrile, letargie și alte complicații, cum ar fi bronșiolită, bronșită, pneumonie sau otită. De la primele semne de îmbolnăvire este important să cereți sfatul medicului de familie.

## Care sunt metodele de prevenire ale gripei?

Vaccinarea antigripală este cea mai eficientă metodă de a reduce riscul de îmbolnăvire cu gripă. Studiile arată că vaccinară împotriva gripei oferă o protecție de aproximativ 70-90% împotriva manifestării clinice a bolii la adulții sănătoși<sup>3</sup>.

De asemenea, măsurile de igienă personală (spălarea cu apă și săpun a mâinilor, folosirea batistelor pentru strănut sau tuse, respectarea unui regim de viață sănătos – alimentație bazată pe legume și fructe, odihnă și mișcare) sunt esențiale pentru prevenirea îmbolnăvirilor prin afecțiuni respiratorii și în special gripă. Izolarea la domiciliu în cazul diagnosticării cu gripă și evitarea contactului cu alte persoane sunt, de asemenea, recomandate.

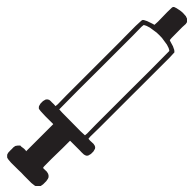
### Injectabil



#### virion fragmentat, inactivat

se administrează copiilor începând de la 6 luni și adulților

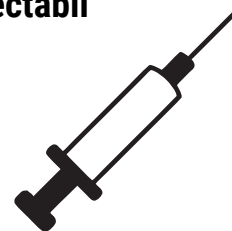
### Spray nazal



#### viu atenuat, administrat pe cale nazală

se administrează copiilor între 2-18 ani

### Injectabil



#### antigen de suprafață, inactivat

se administrează copiilor începând de la 3 ani și adulților

**Discută cu medicul copilului tău despre vaccinarea antigripală!**

1 Centers for Disease Control and Prevention - Key Facts About Influenza (Flu) - <https://www.cdc.gov/flu/about/keyfacts.htm>

2 Institutul Național de Sănătate Publică - Analiza evoluției gripei, a infecțiilor respiratorii acute (ARI) și a infecțiilor respiratorii acute severe (SARI) în sezonul 2018-2019 - <http://www.cnsctb.ro/index.php/analiza-date-supraveghere/gripa-si-infectii-respiratorii-acute/1208-analiza-sezon-gripal-2018-2019/file>

3 Council of the European Communities Proposal for a Council Recommendation on Seasonal Influenza Vaccination 2009. [cited 2016 May 27]. Available from: [http://ec.europa.eu/health/ph\\_threats/com/Influenza/docs/seasonflu\\_rec2009\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/health/ph_threats/com/Influenza/docs/seasonflu_rec2009_en.pdf).

