



Tärkeä tiedote koululaisen kotiin influenssa A (H1N1)v ("sikainfluenssa") -tartuntataudista Palokan terveydenhuollon kuntayhtymän alueella

Sosiaali- ja terveysministeriön päätöksellä Suomessa siirryttiin 27.7.2009 influenssa A (H1N1)v -epidemian lieventämisvaiheeseen. Lieventämisvaiheen tavoitteena on ehkäistä influenssan leviämistä sekä epidemian aiheuttamia vakavia sairauksia ja jälkisairauksia.

Influenssa tarttuu muiden influenssavirusten tapaan yskiessä, aivastaessa ja käsien välityksellä. Tartunnan saaneet voivat tartuttaa 1 vrk ennen oireiden ilmaantumista ja jopa 7 vrk sairastumisen jälkeen. Erityisen herkästi tauti tarttuu 2-3 ensimmäisen sairastamispäivän aikana. Influenssan itämisaika on tavallisesti noin 2-3 päivää, mutta se voi vaihdella 1-7 päivän välillä.

Influenssaepidemian ehkäisyssä on tärkeää hyvä käsihygienia! Suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, kun yskit tai aivastat. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaa, älä käsiisi. Laita käytetty nenäliina välittömästi roskiin. Pese kätesi heti vedellä ja saippualla. Pese kätesi aina, kun tulet kotiin, sekä ennen ruokailua. **Hyvä käsihygienia on koko perheen asia!** Muuten oireettomien perheenjäsenten osalta ei tarvita erityisjärjestelyjä.

Jokainen ottaa kouluun mukaan oman nenäliinapakkauksen.

Influenssa A (H1N1)v -virustartunnan oireet ovat:

- kuume (yli 38 °C), joka nousee vuorokauden kuluessa
- yskä
- kurkkukipu
- nuha
- jäsensärky
- mahdollisesti ripulia, oksentelua ja hengenahdistusta.

Oireiden ilmaantuessa kotona:

- Sairastunut ei saa lähteä kouluun!
- Ensisijaisena hoitona kuumetta alentava lääke, riittävä nesteiden saanti ja lepo.

Oireiden alkaessa koulupäivän kuluessa:

Mikäli oppilas sairastuu kesken koulupäivän, häntä ei ohjata kouluterveydenhoitajan vastaanotolle eikä muuhun terveydenhuollon toimipisteeseen tartuntavaaran takia. Opettaja ohjaa hänet koululla sovittuun paikkaan, erilleen muista odottamaan kotiin hakuja. Huolehdittehan, että yhteystiedot kouluun ovat ajan tasalla!

Koululaisen kuuluessa riskiryhmään (esimerkiksi säännöllistä lääkitystä saavat astma- ja diabetespotilaat, vastustuskykyä heikentävää sairautta tai lääkettä saavat potilaat) tulee vanhempien ottaa puhelimitse **yhteys omalle terveysasemalle** jatkotoimenpiteiden arvioimiseksi. Viruslääkehoito kohdistetaan vain riskiryhmiin kuuluviin sairastuneisiin ja voimakkaaseen, käytännössä sairaalahoitoon johtaneeseen tautiin sairastuneisiin henkilöihin.

Oireiden pitkittyessä ota ensin yhteys omalle terveysasemalle puhelimitse.

Oppilas voi tulla kouluun yhden oireettoman (= kuumeeton, mutta lievää yskää voi olla) **vuorokauden jälkeen**.

Päivitettyä tietoa influenssa A (H1N1) -viruksesta löytyy Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilta: http://www.ktl.fi/portal/suomi/aihe/a_h1n1v

Kotihoito-ohjeita voi katsoa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilta: http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/terveys_ ja_sairaudet/infektiotaudit/influenssa_a_h1n1v-virus/kotihoitoohjeet/

Jyväskylän kaupunki tiedottaa influenssa A (H1N1) -tartuntataudista osoitteessa: <http://www.jyvaskyla.fi>

Reijo Räsänen
Johtava ylilääkäri
Palokan terveydenhuollon
kuntayhtymä

Jouni Kaleva
Ylilääkäri
Tartuntataudeista vastaava lääkäri
Palokan terveydenhuollon kuntayhtymä