



Como distinguir o tipo de gripe

Como os sintomas da gripe sazonal e da gripe H1N1 são semelhantes, a pessoa não consegue distinguir uma da outra sozinha. Embora exista a opção de se fazer um teste, ele não é recomendável porque não afetará o modo como os sintomas serão tratados.



Ajude a evitar a transmissão da gripe H1N1

- Lave as mãos com frequência.
- Tussa ou espirre na parte interna do cotovelo ou em um lenço de papel.
- Não vá ao trabalho ou à escola se tiver febre ou outros sintomas.
- Vacine-se contra a gripe sazonal e a gripe H1N1.

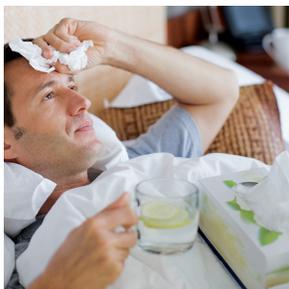


Aumente o seu QI da gripe

- Vigilância da Gripe em Connecticut – www.ct.gov/ctfluwatch para obter atualizações e informações adicionais
- Flu.gov – www.flu.gov

u p y o u r
FLU IQ

O que é o vírus H1N1
e de que modo ele
difere da gripe
sazonal?



Explicação sobre a gripe H1N1

A gripe H1N1, também conhecida como “gripe suína”, é uma nova cepa da gripe. Do mesmo modo que ocorre com a gripe sazonal, a gripe H1N1 é um vírus que causa uma infecção respiratória nas pessoas. Este vírus pode ser transmitido de pessoa a pessoa através de tosse e espirros.



De que modo a gripe H1N1 difere da gripe sazonal

Embora o vírus H1N1 e a gripe sazonal sejam semelhantes sob muitos aspectos, são dois tipos diferentes de gripe.

O que é parecido entre elas?

- As duas gripes têm sintomas como febre, dores no corpo, dor de cabeça, dor de garganta, tosse, coriza e congestão nasal, calafrios, fadiga e possivelmente diarreia e/ou vômito.
- Os dois vírus são transmitidos principalmente de uma pessoa a outra através de tosse e espirros. Às vezes, as pessoas contraem a gripe porque pegam em algo com os vírus da gripe e, em seguida, tocam seus olhos, boca ou nariz.
- Os dois tipos de gripe são tratados com medicamento contra a febre, muito líquido, antivirais e repouso.

Qual é a diferença?

- O vírus H1N1 é novo, portanto não muitas pessoas têm imunidade contra ele.
- Ao contrário do que ocorre com a gripe sazonal, as pessoas com 65 anos de idade ou mais têm menos possibilidade de contrair a gripe H1N1.
- O Centro de Controle de Doenças (CDC) relata que o vírus H1N1 tem afetado mais pessoas com menos de 25 anos de idade do que a população mais idosa.



O tratamento da gripe H1N1

Repouso

Certifique-se de que esteja confortável e faça muito repouso. Se possível, separe um “apartamento para doentes” para manter as pessoas doentes afastadas das pessoas saudáveis. O “apartamento para doentes” deve ter janelas para ajudar a circulação de ar.

Hidratação

Ingerir uma grande quantidade de líquidos transparentes e manter-se hidratado são fatores muito importantes para se recuperar da gripe H1N1 e da gripe sazonal.

Medicamento

A redução da febre e o controle de outros sintomas da gripe podem ser feitos com medicamentos básicos, de venda sem receita, encontrados em farmácias, tais como ibuprofeno ou acetaminofeno/paracetamol para reduzir a febre e amenizar dores de garganta e outros sintomas. Lembre-se de nunca dar aspirina para pessoas com menos de 20 anos de idade, pois ela está associada a uma doença com risco de vida chamada síndrome de Reye.

Vigilância

Chame o médico se:

- Tiver dificuldade para respirar ou estiver respirando rapidamente.
- Os lábios ou a pele estiverem com uma cor azulada.
- Sentir dor ou pressão no peito.
- Tiver convulsões ou espasmos.
- Piorar depois de aparentemente ter melhorado.