

Opiskelija ja influenssa 6.8.2009/ tiedote

Jos sairastut kuumeeseen (yli 38 C), johon liittyy lihassärkyjä, yleistä sairaudentunnetta, yskää ja mahdollisesti muita hengitystieoireita tai vatsaoireita, olet voinut saada influenssan. Ensisijaisesti pysyttele levossa ja kotona. Oireita voi hoitaa tarvittaessa käsikauppalääkkeillä, levolla sekä huolehtimalla riittävästä nestetasapainosta. Kotona on hyvä olla varalla ruokaa ja juomaa muutaman päivän tarpeiksi. Kauppa- ja apteekkiasiointiin kannattaa pyytää jonkun terveen henkilön apua. Sairaslomalla kannattaa pysytellä niin pitkään, että on yhden päivän oireeton.

Jos vointisi huononee tai tarvitset terveydenhuollon ammattilaisen neuvoja, voit soittaa Lappeenrannassa Armilan terveysaseman ajanvaraus- ja puhelinneuvontaan puh. (05) 616 4567.

Tartunnan leviämisen ehkäisemiseksi älä mene suoraan vastaanotolle.

Jos kuulut riskiryhmään (kriteerit löytyvät tämän ohjeen kohdasta Riskiryhmiin kuuluvat), ota tämän ohjeen mukaisesti yhteyttä Armilan terveysasemalle Lappeenrannassa.

Tartuntojen ehkäisemiseksi noudata tämän ohjeen hygieniaohjeita.

Tarja Nylund
ylilääkäri
Opiskeluterveys

Influenssapotilaiden hoito Lappeenrannan terveyskeskuksessa

Kansallisesti on päätetty, että influenssaepidemian ("sikainfluenssa") hoidossa pyritään vähentämään taudin aiheuttamia terveyshaittoja. Taudinkuva vastaa normaalia kausi-influenssaa. A H1N1- influenssaa ("sikainfluenssaa") hoidetaan samoilla periaatteilla kuin kausi-influenssaa.

Perusterve sairastunut, jolla ei ole sairaalahoitoa vaativia oireita, voidaan hoitaa kotona oireenmukaisin lääkkein eikä hänen tarvitse tulla lääkärin tai hoitajan vastaanotolle.

Viruslääkkeillä hoidetaan potilaat, joiden tila edellyttää sairaalahoitoa, sekä riskiryhmiin kuuluvat potilaat.

Riskiryhmiin kuuluvat

– Potilaat, joilla on:

- säännöllistä lääkitystä vaativa sydän- tai keuhkosairaus tai diabetes (ei lievä verenpainetauti)
- krooninen maksan tai munuaisten vajaatoiminta
- krooninen neurologinen sairaus tai hermolihastauti
- sairaaloinen ylipaino (BMI, Body Mass Index yli 40)

– Potilaat, joiden sairastama tauti heikentää vastustuskykyä (esimerkiksi leukemia, lymfooma, HIV-infektio) ja potilaat, jotka saavat vastustuskykyä heikentävää hoitoa (elinsiirto, solusalpaat, TNF-alfasalpaaja, kortikosteroidi >15 mg/vrk 2-4 viikkoa, muu immuunivastetta heikentävä lääkehoito)

– Raskaana olevat

– Alle 3-vuotiaat lapset

Influenssa-tartuntaa epäilevien henkilöiden, jotka kuuluvat yllä mainittuihin riskiryhmiin tai jotka kärsivät vakavista oireista, tulee ottaa yhteyttä oireiden alkaessa terveystieteiden keskuksen mahdollisen lääkityksen tai muun hoidon arvioimiseksi. Virologisia näytteitä otetaan vain sairaalahoitoa vaativilta potilailta. Muita hoidetaan kliinisen kuvan perusteella.

Kliiniset kriteerit influenssa A(H1N1) -infektioille ovat äkillisesti alkava kuumeinen sairaus (>38 C, alle 3-vuotiaat $\geq 38,5$ C), jossa on hengitystieoireita kuten yskää tai kurkkukipua. Lisäksi voi esiintyä muita oireita kuten ripulia. Vakavia komplikaatioita ovat keuhkokuume ja äkillinen hengitystoiminnan vaje (voimakas hengenhäiriö).

Jokainen voi ehkäistä taudin leviämistä yksinkertaisin toimenpitein:

- säännöllinen käsien pesu
- yskiä pois päin muista ihmisistä kertakäyttöiseen nenäliinaan tai hihaan.
- Jos vahingossa yskii omiin käsiinsä, on syytä pestä kädet heti.
- Oireisena on syytä pysyä kotona.

Influenssapotilaiden hoitojärjestelyt Lappeenrannassa

Influenssapotilaiden ja influenssaepäilyjen hoitoa ja tutkimusta varten Armilan terveysasemalla on erillinen influenssavastaanotto, jonne ohjataan opastein. Vastaanotolle on erillinen sisäänkäynti.

Toivomme yhteydenottoa terveystieteiden keskuksen ensisijaisesti hoitoarvio- ja ajanvarauspuhelimien kautta, puh. (05) 616 4567.

Jos tulet paikan päälle, niin käytä influenssavastaanoton sisäänkäyntiä ja ilmoittaudu influenssavastaanotolla. Voit soittaa tullessasi sairaanhoitajan puhelimeen 040-5277880, mikäli vastaanotolla ei juuri sillä hetkellä ole hoitohenkilökuntaa.

Joutsenon alueen potilaat hoidetaan ja tutkitaan Joutsenon terveysasemalla. Ajanvaraus ja hoitoarvio puh. (05) 616 0560 tai (05) 616 0569.

Epidemiatilanteessa toivomme, että työnantajat hyväksyisivät sairauspoissaolon oman ilmoituksen perusteella, ettei pelkän sairaslomatodistuksen takia tarvitse tulla vastaanotoille. Jos tarvitaan terveydenhoitajan/sairaanhoitajan antama todistus, niin toivomme, että työnantajat hyväksyvät sen 7 päivään asti. Influenssa paranee ja tartuttavuus häviää noin viikon kuluessa.

Pekka Keränen
johtava lääkäri
Lappeenrannan terveyskeskus