

Czy grozi nam epidemia grypy?

Data publikacji: 20.01.2009 15:18

□

Jak dowiedziała się redakcja portalu OX.PL atak grypy, być może jeszcze przed nami. Warto jest zadbać więc o profilaktykę, tak żeby wygrać walkę z wirusami.

O to jak wygląda sytuacja "grypowa" na Śląsku Cieszyńskim zapytaliśmy **Teresę Wałgę**, dyrektorkę Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Cieszynie. - *Na razie nie ma epidemii, jednak obserwujemy wzrost zachorowań, które lekarze z objawów nazywają grypą. Według 18 lekarzy, którzy zdają nam okresowe raporty liczba zachorowań wzrosła nawet 12-krotnie, biorąc pod uwagę pierwszy i trzeci tydzień stycznia. W pierwszym tygodniu odnotowaliśmy 10 przypadków, w drugim 7 a w trzecim 127....*- opowiada **T. Wałga**. Atak grypy jeszcze przed nami, jak prognozują epidemiolodzy grypa, na dobre będzie zbierać swoje żniwo w przeciągu dwóch najbliższych tygodni. - *Zachodnia Europa choruje, niepokojące informacje dochodzą też ze Skandynawii i z południowej części Europy, epidemiolodzy przewidują, że najwięcej zachorowań może wystąpić w przyszłym i kolejnym tygodniu, a wtedy warto jest unikać dużych tłumów i jeszcze bardziej dbać o siebie - tłumaczy dyrektorka SANEPID-u. Jest jeszcze czas żeby się zaszczepić. - Szczepionki są wręcz wskazane, odporność uzyskujemy już po 6 dniach, więc warto się zaszczepić przeciwko grypie. Polecam również ruch, dietę bogatą w witaminy. Trzeba też pamiętać o dobrym ubieraniu się. Tak żeby się nie przegrzać, ani przeziębic. I koniecznie wietrzyć pomieszczenia, szczególnie te, w których przebywają już chorzy* - kwituje **Teresa Wałga**.

Dorota Kochman

Czytaj więcej:

[Grypa - łamiący wróg](#)