

## Simptomele gripei pot include:

- febră care apare brusc
- tuse (de obicei uscată)
- dureri de cap
- dureri musculare și articulare
- stare de rău severă
- dureri de gât
- rinoree

## Cum se transmite gripa?

Gripa sezonieră se răspândește cu ușurință mai ales în zonele aglomerate, în special în școli și centre de bătrâni. Atunci când o persoană infectată tușește sau strănută, picăturile care conțin virusuri (picături infecțioase) sunt dispersate în aer și pot infecta persoanele aflate în imediata apropiere sau se pot depune pe suprafețe și obiecte.

Pentru a preveni transmiterea, persoanele ar trebui să își acopere gura și nasul atunci când tușesc și să se spele pe mâini în mod regulat.

De asemenea se recomandă evitarea aglomerațiilor, aerisirea încăperilor și dezinfectia regulată a obiectelor și suprafețelor.

## Diagnostic și tratament

Pentru stabilirea unui diagnostic de certitudine este necesară recoltarea de probe respiratorii adecvate și testarea cu laboratorul.

Majoritatea persoanelor se recuperează în decurs de o săptămână.

Persoanele cu simptome severe sau cu alte boli cronice asociate trebuie să solicite asistență medicală.

## De reținut:

- Vaccinarea antigripală este cea mai eficientă modalitate de prevenire a gripei;
- Vaccinați-vă înainte de începerea sezonului gripal;
- Vaccinarea în fiecare toamnă reduce foarte mult riscul de îmbolnăvire;
- Compoziția vaccinului gripal este actualizată în fiecare an și conține tulpinile specifice sezonului care urmează.

## ÎNTREBAȚI-VĂ MEDICUL DE FAMILIE DESPRE CUM PUTEȚI OBTINE VACCINUL GRIPAL!



[insp.gov.ro](https://insp.gov.ro)

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății.  
Pentru distribuție gratuită.

LUNA NAȚIONALĂ DE PREVENIRE  
A BOLILOR TRANSMISIBILE

august  
2024

**GRIPA**  
este o boală serioasă!

Fiți pregătiți pentru  
sezonul gripal.

**VACCINAȚI-VĂ!**



Institutul  
Național de  
Sănătate Publică



MINISTERUL  
SĂNĂTĂȚII

## Ce este gripa?

Gripa sezonieră (gripa) este o infecție respiratorie acută contagioasă, cauzată de virusurile gripale.

Gripa se răspândește cu ușurință de la o persoană la alta prin tuse sau strănut. Vaccinarea este cel mai bun mod de a preveni boala.

Simptomele gripei includ febră, tuse, dureri de cap, dureri musculare și articulare, stare de rău severă, dureri de gât, rinoree.

Tratamentul trebuie inițiat cât mai precoce după debutul simptomelor. Majoritatea persoanelor se recuperează în decurs de o săptămână. Formele complicate de gripă necesită o durată mai îndelungată de recuperare.



## Cum prevenim gripa?

Vaccinarea antigripală este cel mai bun mod de a preveni gripa.

Vaccinurile gripale sunt sigure și eficiente, fiind utilizate de peste 60 de ani.

Imunitatea rezultată în urma vaccinării scade în timp, așa că se recomandă vaccinarea anuală pentru a vă proteja împotriva gripei.

În plus, compoziția vaccinului gripal se actualizează anual, astfel încât vaccinurile să asigure protecție împotriva tulpinilor care se așteaptă să circule în noul sezon.

În România există disponibile vaccinuri gripale inactivate, recomandate începând cu vârsta de 6 luni și care se administrează injectabil, și vaccinuri cu virus viu atenuat, recomandate copiilor cu vârsta peste 2 ani și adolescenților sănătoși, cu administrare intranasală.

Vaccinarea anuală este recomandată pentru toate persoanele începând cu vârsta de 6 luni, inclusiv pentru adulții sănătoși.

Vaccinarea este deosebit de importantă pentru persoanele cu risc ridicat de complicații ale gripei și pentru îngrijitorii acestora.

## Vaccinarea anuală este recomandată mai ales pentru:

- gravide
- copii cu vârsta cuprinsă între 6 luni și 5 ani
- persoanele cu vârsta peste 65 de ani
- persoanele cu afecțiuni medicale cronice
- personalul medico-sanitar

## Alte modalități de a preveni gripa:

- spălați-vă mâinile în mod regulat
- acoperiți gura și nasul atunci când tușiți sau strănutați
- aruncați corect batistele utilizate
- stați acasă atunci când aveți simptome de gripă
- evitați contactul apropiat cu persoanele bolnave
- evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura

Spre deosebire de adulții tineri și sănătoși, persoanele cu vârsta peste 65 de ani prezintă un risc mai mare de complicații grave din cauza gripei, deoarece imunitatea scade odată cu înaintarea în vârstă.