

Pandemia di grip

Kiko bo mester sa tokante un pandemia di grip (grip mundial)?

Kiko bo ta topa den e foyeto aki?

E foyeto aki ta duna informashon di un pandemia di grip (grip mundial) E ta kontestá 10 pregunta importante tokante un pandemia di grip. Ku e informashon aki bo ta mihó prepará pa un posibel brote mundial di grip.

Kontenido

Página

Pregunta 1	Kiko ta un pandemia di grip?	
Pregunta 2	Kon un grip “normal” ta kuminsá?	
Pregunta 3	Kon un pandemia di grip ta kuminsá?	
Pregunta 4	Kiko ta e diferensia entre grip “normal” i grip pandémiko?	
Pregunta 5	Ta sigur ku un pandemia di grip ta bini?	
Pregunta 6	Kua prekoushonna Hulanda ta tuma?	
Pregunta 7	Kuantu chèns mi tin di pega ku e malesa?	
Pregunta 8	Tin remedi òf vakuna pa un grip pandémiko?	
Pregunta 9	Kon mi por evitá di pega ku e malesa?	
Pregunta 10	Kiko mi mester hasi si mi haña síntomanan di grip?	

Pregunta 1

Kiko ta un pandemia di grip?

Nos ta papia di un pandemia di grip ora kantidatnan grandi di hende rònt mundu haña e mésun tipo di grip. Un grip pandémiko ta plama den apénas algun luna i ta hasi un kantidat grandi di hende hopi malu. Tin hende ta asta muri di e malesa.

Ta kalkulá ku di kada 3 hende 1 lo bira malu den kaso di un brote di grip pandémiko. Ningun hende no por bisa kuantu hende lo bira hopi malu òf muri.

Un pandemia di grip ta sosodé mas o ménos kada 10 pa 50 aña. Den siglo 20 tabatin 3 pandemia serio di grip.

- Grip Spañó (1918)
- Grip Asiátiko (1957)
- Grip di Hong Kong (1968)

Grip pandémiko

Den kaso di un grip pandémiko kantidatnan grandi di hende rònt mundu ta desaroyá e mésun síntomanan di grip den tempu kòrtiku. Un vírus di grip nobo ta kousa e malesa. Nos por yama un grip pandémiko un grip mundial tambe.

Grip

Grip ta un malesa. Hende ku grip hopi biaha tin síntomanan manera kentura di gòlpi, nanishi ku ta kore, doló di garganta, tosamentu, doló di kabes i doló di músulo. E vírus di grip, ku ta dreña nos kurpa pa medio di nos nanishi òf boka, ta kousa e malesa. E vírus di grip ta plama den airu i ta transmití di un hende pa otro via sleim (di ferkout) i skupi.

Pregunta 2

Kon un grip “normal” ta kuminsá??

Un **virus di grip eksistente** ta kousa un grip “normal”. Tur aña e virus di grip ta kambia djis un tiki, pero básikamente e ta keda meskos. Hopi hende ya a bini den kontakto ku e virus eksistente i nan a traha resistensia kontra dje. Esei ta nifiká ku no ta tur hende lo bira malu i p’esei e virus no por plama asina lihé. Si un virus eksistente kambia mes, tin suficiente tempu pa traha un vakuna (angua di grip) kontra di e virus. E vakuna por prevení ku kantidatnan grandi di hende lo bira malu ku grip.

Virus di grip

Un virus di grip ta un parti chikitu ku ta kousa grip. E virus por kambia, lokual ta nifiká ku por tin diferente tipo di e virus di grip. Kada un di e virusnan por bolbe pega bo ku grip.

Resistensia

E abilidad di bo kurpa pa bringa kontra malesa nos ta yama resistensia. Ora bo a pega ku un virus di grip bo kurpa ta produsí resistensia kontra di e virus. Si bo bolbe pega ku e mésun tipo di virus, e resistensia ku bo kurpa a traha ta sòru pa bo no ta bira dje malu ei òf pa bo no ta bira malu mes.

Vakuna

Un vakuna ta prevení un hende di haña sierto malesa. Tambe e por sigurá ku e malesa ta ménos peligroso. Mayoría biaha bo ta haña un vakuna pa medio di un angua (vakunashon). Nos sa yama un vakuna di grip un angua di grip tambe.

Pregunta 3

Kon un pandemia di grip ta kuminsá?

Un pandemia di grip ta kuminsá ku un vírus nobo di grip. Ningun hende no a bini den kontakto ku e vírus nobo aki ainda. P'esei ningun hende no por a traha resistensia kontra e vírus. I pasobra e vírus no ta konosí, no tin vakuna tampoko pa protehá hende. Pa falta di resistensia òf vakuna e vírus nobo por hasi mashá hopi hende malu i te asta hopi malu.

E vírus ta plama den airu ora hende tosa, nister òf papia ku otro. Di e manera aki ta fásil pa hende pega otro. Mirando ku hopi hende sa biaha bai tur kaminda, e vírus nobo por plama masha lihé rònt mundu.

Di unda un vírus nobo di grip ta bini?

Un vírus nobo di grip por originá di diferente manera. Por ehèmpel, un vírus di grip di bestia por kambia pokopoko bira un vírus humano nobo.

Un pandemia di grip por desaroyá solamente ora e vírus pasa di un hende pa otro.

Infekshon

Ora un vírus di grip pasa di un persona pa otro, nos ta papia di un infekshon. Esaki por sosodé ora un hende ku ta infektá tosa, nister òf mishi ku e otro persona ku su mannan.

Pregunta 4

Kiko ta e diferencia entre grip “normal” i grip pandémiko?

Grip “normal”

- E kousa di grip normal ta un vírus eksistente.
- Tur aña nos ta mira grip normal, specialmente den lunanan di wenter.
- Hopi hende a traha resistensia kaba kontra di e vírus.
- Tur aña mas o ménos 1 di kada 100 persona ta haña grip.
- E síntomanan di un grip normal ta konosí. **Gruponan di risiko** tin mas chèns di haña pulmonia òf otro problemanan ku salú.
- Vakuna (angua) kontra grip normal ta eksistí kaba.
- Personanan di un grupo di risiko ta haña e vakuna tur aña.
- Tur aña entre 200 pa 1000 hende ta muri di grip normal, prinsipalmente ansianonan.

Grip pandémiko

- E kousa di un grip pandémiko ta un vírus nobo i desconosí.
- Mas o ménos kada 10 pa 50 aña tin un grip pandémiko.
- Un grip pandémiko por kuminsá den kualke temporada di aña.
- Ainda ningun hende no a traha resistensia kontra di e vírus di grip nobo.
- Ta kalkulá ku di kada 3 persona na Hulanda, 1 lo bira malu.
- Ta te na momentu ku e grip pandémiko kuminsá, nos lo sa e síntomanan di e vírus nobo aki. E síntomanan por ta diferente for di esunnan di un grip normal.
- Hendenan tin chèns di bira mas malu di un grip pandémiko ku di un grip normal.
- No tin vakuna na momentu ku e grip pandémiko kuminsá. No por traha e vakuna aki tanten ku e tipo di vírus no ta konosí.
- Si bo tin síntomanan di e grip, dòkter lo duna bo remedi pa frena e vírus.
- Nos no por bisa delantá kuantu hende lo muri di e grip pandémiko.

Gruponan di risiko

Gruponan di risiko ta gruponan di hende ku tin mas chèns di pega ku un malesa.

Ehèmpelnan di gruponan di risiko ta hendenan ku malesa di kurason òf pulmon, diabétis òf resistensia abou.

Pregunta 5

Ta sigur ku un pandemia di grip ta bini?

Ta sigur ku na dado momentu un grip pandémiko lo bini, aunke ningun hende no sa eksaktamente ki dia. E por sosodé den futuro serkano, pero e por bibi aki basta aña tambe. Mas o ménos kada 10 pa 50 aña nos ta eksperensia un grip pandémiko. E último grip pandémiko tabata na aña 1968 (grip di Hong Kong).

Diferente organisashon ta vigilá susesonan pa wak si un vírus nobo por ta desaroyando na kualke parti di mundu. Den kaso ku nan deskubri un vírus nobo di grip, e organisashonnan aki lo hasi tur esfuerso pa strob'é di plama rònt mundu.

Pregunta 6

Kua prekoushonna Hulanda ta tuma?

Hulanda ta hasi su máximo esfuerso pa prepará pa un posibel grip pandémiko. Por ehèmpel, kada region tin su plan di akshon kla kaba. E plan di akshon aki ta indiká lokual asistentenan i hospitalnan tin ku hasi den kaso ku Hulanda hañ'é enfrentá ku un pandemia di grip. Tur dòkter di kas tambe tin un plan di akshon kla.

Hulanda tin tambe suficiente **remedi pa frena vírus** na stòk. E remedinan aki ta pa duna tur hende ku haña síntomanan di grip durante un pandemia di grip.

Radio, TV i korantnan

Den kaso di menasa di un pandemia di grip, ta hopi importante pa tuma nota di informashon na radio, televishon i den korant. Asina bo ta haña sa ki medida bo mes por i mester tuma.

Remedi pa frena vírus

Remedinan pa frena vírus ta un tipo di remedi antiviral ku ta stroba e vírus di plama rápidamente. E remedinan ta sòru pa hendenan ku un grip normal bira bon mas lihé i pega ménos hende ku e malesa. Tin basta probabilidadat ku e remedinan pa frena vírus lo ta efektivu tambe den kaso di un grip pandémiko.

Pregunta 7

Kuantu chènes mi tin di pega ku e malesa?

Ningun hende no ta “immuun” pa un grip pandémiko. Esaki ta nifiká ku bo tin mas chènes di pega ku un grip pandémiko ku un grip normal.

Ningun hende no por bisa delantá kon peligroso e vírus di grip nobo lo ta i kon lihé e lo plama. Sinembargo nos ta pronostiká ku di kada 3 hende, 1 lo pega ku e malesa. No ta sigur ku gruponan di rísiko lo tin mas chènes di bira malu den kaso di un pandemia di grip.

Pregunta 8

Tin remedi òf vakuna pa un grip pandémiko?

Vakuna

Ainda no ta eksistí un vakuna ku por protehá bo kontra un grip pandémiko. Ta te despues ku un grip pandémiko kuminsá i e vírus di grip nobo a bira konosí, nan por desaroyá un vakuna.

Desaroyo di un vakuna ta tuma por lo ménos 6 luna. Sinembargo tin investigashonnan sientífiko rònt mundu ta tuma lugá pa purba redusí e kantidat di tempu nesesario.

Remedi

Durante un grip pandémiko, bo tin ku kuminsá tuma remedi for di momentu ku bo sinti e promé síntomanan pa asina frena e vírus. E remedinan aki ta stroba e vírus di plama. Perkurá tuma e remedinan mas lihé posibel despues ku bo a kuminsá sinti e síntomanan, **pa mas tardá denter di 48 ora**. Perkurá tambe di kaba ku tur e remedinan ku dòkter lo preskribí.

Nos ta antisipá ku e remedinan ku ta frena e vírus lo sòru pa e temporada ku bo ta malu ta mas kòrtiku i ku bo lo pega ménos hende ku e malesa. Nos ta spera ku asina e vírus lo plama ménos rápido, pues ménos hende lo bira malu.

Te na momentu ku un vakuna (angua) bira disponibel, remedinan ku por frena e vírus ta e mihó medida pa protehá hendenan kontra di e vírus nobo.

Kon e remedinan pa frena vírus ta traha?

- Remedinan pa frena vírus ta baha e periodo di malesa ku 1 òf 2 dia.
- Nan ta sòru pa un hende malu ta ménos contagioso.
- Nan ta sòru pa e temporada ku un hende malu por pega otro hende ta mas kòrtiku.
- Remedinan pa frena vírus no por prevení por kompleto ku otro hende ta pega ku e malesa.
- Aunke remedinan pa frena vírus ta efektivu den kaso di un grip normal, no a tèst nan ainda durante un pandemia di grip. Ta probabel, pero no ta sigur, ku e remedinan lo tin efekto.
- Remedinan pa frena vírus ta optenibel solamente ku resèt di dòkter.

Pregunta 9

Kon mi por evitá di pega ku e malesa?

Aunke bo no por evitá kompletamente di pega ku e malesa, bo por redusí e chènsnan. E vírus di grip ta plama prinsipalmente den airu ora hende malu tosa, nister òf papia. Bo por pega ku e malesa ora bo hala airu aden ku ta kontené e vírus i ora bo tin kontakto ku man.

Medida ku bo por tuma pa prevení infekshon

- ***Evitá kontakto ku hende ku tin grip***

Si ta mester bo mester bai den serkania di un hende ku grip, tene e kontakto mas kòrtiku posibel i laba bo mannan despues di bo bishita.

- ***Laba bo mannan frekuentemente ku awa i habon.***

Si bo mishi ku algu òf duna un hende malu man, bo por haña e vírus riba bo mannan. Ta p'esei bo tin ku laba bo mannan regularmente. Seka bo mannan ku sèrbètè di papel i despues di uzo tira e papel mesora den ko'i sushi.

- ***Evitá mishi ku bo wowonan, nanishi i boka.***

Si bo mishi ku algu òf duna un hende man, e vírus por pega riba bo mannan. Pa medio di bo mannan e vírus por dreña bo wowonan, nanishi òf boka.

- ***Usa lensu di papel ora bo tin ku nister òf tosa.***

Usa un lensu di papel òf sèrbètè di papel pa tapa bo nanishi i boka ora di nister i tosa. Despues di uzo tira e papel mesora den ko'i sushi.

- ***Tene bo kas limpi.***

Limpia superfisienan duru i ophetonan manera aparatonan di kushina i tambe mannan di porta regularmente. Uza un produkto di limpiesa normal pa hasi esei.

- ***Skucha radio, wak TV i lesa korant.***

Radio, TV i korant lo informá bo kiko mas bo por i mester hasi pa evitá infekshon.

Pregunta 10

Kiko mi mester hasi si mi haña síntomanan di grip?

- ***Kuminsá bebe remedi pa frena vírus denter di 48 ora.***

Kuminsá bebe remedi pa frena e vírus mas pronto posibel despues ku bo haña e promé síntomanan di grip. Di tur manera, bo tin ku kuminsá bebe e remedi aki **denter di 48 ora**. Remedinan pa frena vírus ta optenibel solamente ku resèt di dòkter.

- ***Keda kas i leu for di otro hende.***

E vírus ta plama den airu. Bo por infektá otro hende ora bo tosa, nister i papia. Bo por evitá di pega otro hende ora bo tin ménos kontakto posibel ku nan.

- ***Evitá di mishi ku bo wowonan, nanishi i boka.***

Si bo mishi ku bo wowonan, nanishi òf boka, e vírus ta pega riba bo mannan. Ku bo mannan bo por transmití e vírus pa ophetonan òf personanan.

- ***Tapa bo nanishi i boka ora bo ta tosa òf nister.***

Uza un lensu di papel un biaha so i despues di uzo, tir'é mesora den ko'i sushi.
Hasi meskos ora bo supla bo nanishi.
Kaba bo ta laba bo mannan ku awa i habon.

- ***Laba bo mannan frekuentemente ku awa i habon.***

Bo por pega otro hende ku e vírus di grip por ehèmpel via un man di porta. Ta p'esei bo tin ku laba bo mannan regularmente. Seka bo mannan ku sèrbètè di papel i ora bo kaba tir'é mesora den ko'i sushi.

- ***Tene bo kas limpi***

Limpia superfisienan duru i ophetonan manera aparatonan di kushina i tambe mannan di porta regularmente. Uza un produkto di limpiesa normal pa hasi esei.

- ***Skucha radio, wak TV i lesa korant.***

Radio, TV i korant lo informá bo kiko mas bo por i mester hasi.

Mas informashon

Website

www.postbus51.nl

Number di telefon

Pa mas informashon i pregunta, por favor tuma kontakto ku staf di Postbus 51. Nan ta disponibel riba dianan di trabou entre 8.00 i 20.00 or na e siguiente number grátis 0800 - 8051.

Si ta yama for di eksterior: +31 – 70 – 308 1985.

E foyeto aki ta publiká pa Ministerio di Salubridat, Bienestar i Deporte i Sentro pa Malesanan kontagioso di Instituto Nashonal pa Salubridat General, den kolaborashon ku Asosashon Hulandes di Dòkternan di kas.

Desèmber 2007