

Objawy świńskiej grypy – arkusz kontrolny

CZY POWINIENEM PÓJŚĆ DO PRACY CZY ZSOTAĆ W DOMU?

Grypa typu A (H1N1)- świńska grypa

Dobrzy pracownicy często myślą, że mogą pracować nawet, jeżeli nie czują się dobrze. Zostawanie w domu, gdy jest się chorym, ma 2 zalety: pozwala odpocząć i wyzdrowieć. Pozwala to również chronić Twoich współpracowników przed zarażaniem się i przenoszeniem chorób poza pracę, także do ich rodzin. W obecnej sytuacji wybuchu grypy A/H1N1 wypełnij arkusz kontrolny, odpowiadając na poniższe pytania, jeżeli uważasz, że nie czujesz się zbyt dobrze. Możliwe, że odpowiednim dla Ciebie rozwiązaniem będzie zostanie w domu lub pracowanie w domu dopóki nie wyzdrowiejesz.

Objawy: (jeżeli zaznaczysz 'TAK' dla jakichkolwiek objawów, zostań w domu i skontaktuj się z lekarzem)

1. Czy masz kaszel??	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
2. Czy masz gorączkę (>38°C)?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
3. Czy boli Cię gardło?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
4. Czy masz katar?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
5. Czy masz mdłości, wymioty i/lub biegunkę?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
6. Czy masz płytki oddech?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
7. Czy masz problemy z oddychaniem?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
8. Czy Twoje oczy są podkrążone lub przekrwione?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie

Ujawnione czynniki ryzyka: (dokładnie obserwuj powyższe objawy i w razie ich wystąpienia zostań w domu).

1. Czy podróżowałeś ostatnio (w ciągu ostatnich 10 dni) do regionów zagrożonych grypą A/H1N1 świńską grypą?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
2. Czy kiedykolwiek miałeś bliski kontakt z osobami zakażonymi wirusem grypy typu A/H1N1 (świńskiej grypy) **Bliski kontakt oznacza wspólne mieszkanie, opiekę lub przebywanie w pomieszczeniu z osobami mającymi katar lub kichającymi, z płynną wydzieliną (w odległości ok.180cm od chorej osoby)?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie
3. Czy kiedykolwiek miałeś kontakt z ptakami (wliczając kaczki i kury), świniami, ludźmi lub materiałami, które mogły mieć styczność z ptactwem bądź trzodą chlewną w zarażonych rejonach?	<input type="checkbox"/> Tak <input type="checkbox"/> Nie

Zrób wszystko, co najlepsze dla Twojego zdrowia i tych, którzy są wokół Ciebie!

Jeśli zauważyłeś u siebie powyższe objawy I odpowiedziałeś pozytywnie na powyższe 3 pytania, skontaktuj się z lekarzem.