

## **PASIRENGIMO GRIPO PANDEMIJAI MAŽEIKIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖJE PLANAS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Pasirengimo gripo pandemijai Mažeikių rajono savivaldybėje planas (toliau – Planas) nustato būtinus veiksmus ir priemones, kurias privaloma taikyti gripo pandemijos pavojaus ir gripo pandemijos periodais Mažeikių rajono savivaldybėje (toliau – Savivaldybė).

2. Pasirengimo gripo pandemijai principai:

2.1. imtis prevencijos priemonių – kuo labiau sumažinti gripo viruso virtimo pandeminio gripo virusu tikimybę, o jeigu tai atsitiktų, mažinti žalą visuomenės sveikatai, taip pat sunkių susirgimų ir mirčių, socialinius ir ekonominius nuostolius;

2.2. taikyti kovos su gripo pandemija priemones pirmiausiai toms visuomenės grupėms, kuriose galima tikėtis didžiausio efektyvumo ir naudos;

2.3. numatyti pasirengimo gripo pandemijai planuose (priemonių planuose) neatidėliotinas ir perspektyvines priemones, jų finansavimą;

2.4. užtikrinti tarnybų, būtinų viešajam saugumui palaikyti ir būtiniesiems visuomenės poreikiams tenkinti, funkcionavimą;

2.5. plėtoti tarpžinybinį bendradarbiavimą ir koordinavimą.

3. Pagrindinės gripo pandemijos poveikio kryptys:

3.1. sveikatos sektoriui – padaugėjus sergančiųjų, didėja sveikatos priežiūros įstaigų darbo krūvis, reikia vis daugiau vaistinių preparatų ir medicinos pagalbos priemonių, dėl sergančiųjų gripu sutrinka planinės sveikatos priežiūros pagalbos teikimas;

3.2. paslaugų sektoriui – dėl sergančių darbuotojų sutrinka paslaugų sektoriaus veikla, neužtikrinamas gyvybiškai svarbių paslaugų teikimas gyventojams;

3.3. darbo rinkai ir ekonomikai – daugėjant sergančiųjų, sutrinka daugelio pramonės šakų veikla;

3.4. švietimo ir kultūros sektoriui – susirgus mokytojams ir mokiniams, nutrūksta arba kuri laiką sutrinka mokymo procesas, ribojami masiniai renginiai, tai veikia kultūros sektoriaus veiklą;

3.5. socialiniam sektoriui – reikia vis daugiau socialinių paslaugų (pagyvenusių, neįgalių asmenų slauga, vaikų priežiūra, padidėjęs socialinės ir finansinės paramos poreikis);

3.6. valstybės valdymas – gali sutrikti valstybės institucijų, savivaldybių funkcijų ir priemonių vykdymas, gali tekti persvarstyti Lietuvos Respublikos valstybės biudžetą, keisti Lietuvos Respublikos Vyriausybės programos įgyvendinimo priemones, valstybės institucijų, savivaldybių strateginius veiklos planus ir vykdomų programų priemonę.

4. Šis Planas parengtas atsižvelgiant į Pasirengimo gripo pandemijai 2019–2023 metų programą, patvirtintą Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. liepos 19 d. įsakymu Nr. V-899 „Dėl Pasirengimo gripo pandemijai 2019–2023 metų programos patvirtinimo“, Valstybės valdymo institucijų, įstaigų, savivaldybių ir kitų asmenų pasirengimo gripo pandemijai planų (priemonių planų) rengimo rekomendacijomis, patvirtintomis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2009 m. vasario 26 d. įsakymu Nr. V-141 „Dėl Valstybės valdymo institucijų, įstaigų, savivaldybių ir kitų asmenų pasirengimo gripo pandemijai planų (priemonių planų) rengimo rekomendacijų patvirtinimo“.

5. Savivaldybei pavaldžių asmens sveikatos priežiūros įstaigų paruošti planai tvirtinami šių įstaigų vadovų įsakymais.

6. Plano priemonės, numatytos vykdyti tarppandeminiu laikotarpiu, pradedamos nedelsiant vykdyti patvirtinus Planą, o priemonės, numatytos vykdyti pandemijos laikotarpiu – Lietuvoje oficialiai paskelbus gripo pandemijos pradžią. Plano vykdymas yra neterminuotas.

7. Susiklosčius nepalankiai epidemiologinei situacijai konkrečioje įstaigoje, Plane numatytos priemonės gali būti pradėtos taikyti anksčiau, nelaukiant laikotarpio pradžios paskelbimo.

## **II SKYRIUS ESAMOS BŪKLĖS ANALIZĖ**

8. Pagal socialinę svarbą, žalą gyventojų sveikatai, ekonominius nuostolius gripas ir ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos (toliau – ŪVKTI) pirmauja tarp užkrečiamųjų ligų. Per įprastinį gripo sezoną suserga 5–10 proc. gyventojų. Lietuvoje kasmet registruojama vidutiniškai apie 40 tūkst. gripo ir nuo 200 iki 600 tūkst. ŪVKTI atvejų. Gripu ir ŪVKTI atvejai dažniau serga vaikai.

9. Gripo epidemija dažniausiai skelbiama, kai sergamumo gripu ir ŪVKTI rodiklis yra ne mažesnis kaip 100 atvejų 10 tūkst. gyventojų per savaitę, o klinikinių gripo atvejų skaičius sudaro apie 30 proc. visų registruotų gripo ir ŪVKTI atvejų.

10. Lietuvoje kiekvieną gripo sezoną dėl gripo hospitalizuojama 600–4000 asmenų, dauguma jų – vaikai. Per gripo epidemijas mirtingumas didėja dėl gripo komplikacijų (dažniausiai plaučių uždegimo) ir paūmėjusių kitų lėtinių ligų. Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau – PSO) duomenimis, dažniausiai per gripo epidemijas miršta vyresnio amžiaus žmonės (80 proc. visų mirčių), o Lietuvoje daugiau kaip 500 tūkst. gyventojų, sulaukusių 65 metų ir vyresnių (tai sudaro apie 15 proc. visų gyventojų).

11. 2021–2022 m. gripo sezono metu Lietuvoje buvo registruoti 6032 gripo ir 560 163 ŪVKTI atvejai. Lietuvoje buvo registruota net 20 kartų daugiau gripo atvejų ir 2,4 karto ŪVKTI atvejų lyginant su 2020–2021 m. sezonu. Didžiausias sergamumo gripu ir ŪVKTI rodiklis buvo užfiksuotas vasario mėn. (5-tą šių metų savaitę), kuomet jis siekė 94,5 atvejo 10 tūkst. gyventojų. 2021–2022 m. gripo sezono metu dėl gripo buvo hospitalizuoti 345 asmenys, vaikai sudarė net 93,9 proc. nuo visų hospitalizuotų asmenų. Dėl gripo nemirė nei vienas asmuo. Lietuvoje dominavo A tipo gripo virusas, B tipo gripo virusas nebuvo rastas.

12. Gripo ir ŪVKTI epidemiologinę priežiūrą koordinuoja Sveikatos apsaugos ministerija ir Nacionalinis visuomenės sveikatos centras prie Sveikatos apsaugos ministerijos, vykdo – asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros įstaigos.

13. Dažniausiai pandeminis gripo virusas atsiranda staiga, sergamumas per 2–3 savaites pasiekia aukščiausią lygį, suserga iki 50 proc. populiacijos (pagyvenusių ir kitų rizikos grupių – net 80 proc.). Dėl glaudžių tarptautinių ryšių ir išplėto transporto priemonių tinklo pandeminis gripo virusas greitai išplinta visame pasaulyje.

14. Dauguma nacionalinių pasirengimo planų, pagrįstų ankstesnėmis pandemijomis, ekspertų pastabomis ir teoriniu modeliavimu, paremti planavimo prielaidomis, apimančiomis:

14.1. poveikį gyventojų sveikatai – neatliekant jokios intervencijos per 9–15 savaitių susirgs apytikriai 30 proc. gyventojų, vidutinė ligos trukmė bus apie 7–10 dienų ir sergamumas didės ir mažės keliomis „bangomis“, kurių trukmė svyruos nuo šešių iki aštuonių savaitių;

14.2. neatvykimą į darbą – per tris mėnesius apie 30 proc. darbuotojų nedirbs nuo penkių iki aštuonių dienų, atsiras poreikis pasirūpinti sergančiais šeimos nariais, riboti ugdymo veiklą, o tai gali dar padidinti neatvykimo į darbą atvejų skaičių;

14.3. poveikį ekonomikai ir ūkiui – sergamumui gripu padidėjus, gali sutrikti ūkio subjektų veikla, importas ir eksportas, susisiekimas, maisto tiekimas, komunalinių paslaugų teikimas ir pan. Taip pat galimas neigiamas poveikis valstybės (savivaldybių) biudžetui;

14.4. poveikį valstybės valdymui – gali nutrūkti Subjekto veikla, gali sutrikti Subjekto programų ir veiklos planų vykdymas ir gali sutrikti paslaugų teikimas gyventojams.

### **III SKYRIUS GRIPO PANDEMIJOS ETAPAI IR LYGIAI**

15. Pasirinkti gripo pandemijos etapai ir lygiai atitinka Pasaulio sveikatos organizacijos rekomendacijas ir jos gripo pandemijos etapų apibrėžimus. Planavimas ir koordinavimas, situacijos stebėjimas ir vertinimas, prevencija ir lokalizavimas, sveikatos sistemos atsakas, visuomenės informavimas ir keitimasis informacija tarp institucijų būtini per visus gripo pandemijos etapus. Jie turi būti svarstomi kiekvieną kartą, kai pereinama į kitą etapą.

16. Pasirengimo gripo pandemijai etapai ir lygiai:

16.1. **tarppandeminis periodas**, 1-asis etapas. Naujas gripo viruso potipis žmonėms nenustatytas, gripo viruso potipis, sukeliantis sezoninį gripą, plinta tarp žmonių, gali būti nustatomas ir gyvūnams;

16.2. **gripo pandemijos pavojaus periodas**, 2-asis etapas. Naujo potipio gripo virusas nustatytas žmonėms;

16.3. **gripo pandemija**, 3-iasis etapas. Naujo potipio gripo viruso sukelti susirgimai sparčiai plinta žmonių populiacijoje;

16.4. **pereinamasis periodas**, 4-asis etapas. Rizika užsikrėsti naujo potipio viruso sukeltu gripu ir atsako priemonių poreikis mažėja.

### **IV SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

17. Savivaldybės administracija ir NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, atsižvelgdami į Plano atsakingų vykdytojų pateiktas pastabas ir pasiūlymus bei teisės aktų pakeitimus, kasmet, esant poreikiui, organizuoja Plano peržiūrėjimą ir atnaujinimą.

---

Pasirengimo gripo pandemijai  
Mažeikių rajono savivaldybėje plano  
1 priedas

### MAŽEIKIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS PASIRENGIMO GRIPO PANDEMIJAI PRIEMONIŲ PLANAS

Eil. Nr.	Veiksmai	Įgyvendinimo terminas	Atsakingi vykdytojai	Pastabos
1	2	3	4	5
<p><b>1-ASIS ETAPAS.</b> Naujas gripo viruso potipis žmonėms nenustatytas. Gripo viruso potipis, sukeliantis sezoninį gripą, plinta tarp žmonių, gali būti nustatomas ir gyvūnams.</p>				
<p><b>Planavimas ir koordinavimas</b></p>				
1.	<p>Parengti ir reguliariai atnaujinti pasirengimo gripo pandemijai planą</p>	<p>Kasmet</p>	<p>Mažeikių rajono savivaldybė (toliau – Savivaldybė), ASPĮ, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius</p>	<p>Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro (toliau – LR SAM ministro) 2009-02-26 įsakymo Nr. V-141 „Dėl Valstybės valdymo institucijų, įstaigų, apskričių administracijų, savivaldybių ir kitų asmenų pasirengimo gripo pandemijai planų (priemonių planų) rengimo rekomendacijų patvirtinimo“ (toliau – įsakymas Nr. V-141), Pasirengimo gripo pandemijai 2019–2023 metų programa, patvirtinta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. liepos 19 d. įsakymu Nr. V-899 „Dėl Pasirengimo gripo pandemijai 2019–2023 metų programos patvirtinimo“ (toliau –</p>

				įsakymas Nr. V-899) 1 priedo 1 punktas ir 3 punktas.
2.	Koordinuoti savivaldos institucijų bei asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros įstaigų pasirengimą gripo pandemijai, propaguoti pasirengimo gripo pandemijai planavimo būtinumą ir svarbą	Kasmet	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 2 punktas.
3.	Numatyti asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros įstaigų personalą, kuris, nustatčius naujo gripo viruso potipį šalyje, bus mobilizuojamas darbui, iš anksto jį reguliariai mokant	Nustačius naujo gripo viruso potipį šalyje	ASPI, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-141 14.3 papunktis.
4.	Sukaupti būtinųjų asmens apsaugos priemonių, skirtų apsisaugoti nuo kvėpavimo takų virusinių infekcijų, atsargas (peržiūrėti sukauptas), numatyti jų paskirstymą	Kasmet	Savivaldybė, ASPI, ESK	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 5 punktas.  LR SAM 2008-07-31 įsakymas Nr. V-719 „Dėl Būtinųjų asmens apsaugos priemonių, skirtų apsisaugoti nuo kvėpavimo takų virusinių infekcijų, sąrašo patvirtinimo“ (toliau – įsakymas Nr. V-719).
5.	Numatyti, kaip turi būti vykdoma vakcinacija nuo sezoninio gripo ir ją įgyvendinti	Kasmet	ASPI, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	
6.	Peržiūrėti turimus išteklius ir pajėgumus, reikalingus gripo pandemijai valdyti ar lokalizuoti	Kasmet	Savivaldybė, ASPI, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 7 punktas.
<b>Situacijos stebėjimas ir vertinimas</b>				

7.	Koordinuoti ir vykdyti gripo epidemiologinę priežiūrą žmonių ir gyvūnų populiacijoje naujo gripo viruso potipiui nustatyti	Kasmet	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, VMVT Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 12 punktas.
8.	Vykdyti nuolatinę gripo, COVID-19 ir ūminių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų epidemiologinę priežiūrą, ją periodiškai vertinti ir tobulinti siekiant išaiškinti šių ligų protrūkius ir užtikrinti institucijų bendradarbiavimą	Nuolat	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 13 punktas. LR SAM ministro 2012-01-30 įsakymas Nr. V-58 „Dėl Gripo, COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) ir ūminių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų epidemiologinės priežiūros taisyklių patvirtinimo (toliau – įsakymas Nr. V-58).
9.	Vadovautis Europos Komisijos, Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro, Pasaulio sveikatos organizacijos ir Sveikatos apsaugos ministerijos rekomendacijomis ir informacija apie gripo epidemiologinę situaciją pasaulyje, Europos Sąjungos šalyse narėse ir kitose kaimyninėse valstybėse; atitinkamai koreguoti Plane numatytas priemones	Gavus informaciją	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 19 punktas.
<b>Prevenција ir lokalizavimas</b>				
10.	Peržiūrėti ir prireikus teikti pasiūlymus teisės aktų ir kitų dokumentų, reglamentuojančių antivirusinių vaistų vartojimą ir pandemio gripo skiepų naudojimą, atnaujinimui.	Kasmet	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ESK, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 20 ir 21 punktai.
11.	Didinti skiepavimo nuo sezoninio gripo apimtį	Kasmet	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 22 punktas.

<b>Sveikatos sistemos atsakas</b>				
12.	Numatyti alternatyvias, sveikatos priežiūros sistemai nepriklausančias patalpas (mokyklos, viešbučiai ir kt.) papildomai ligonių hospitalizacijai esant dideliame ligonių sraute	Gavus informaciją apie naujo gripo viruso potipį	Savivaldybė, ESK, ASPĮ	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 25 punktas.
13.	Aprūpinti sveikatos priežiūros įstaigas asmens apsaugos priemonėmis	Kasmet	ASPĮ	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 26 punktas.
14.	Reguliariai organizuoti sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojų mokymus, susijusius su gripo epidemiologine priežiūra, pasirengimu gripo pandemijai ir situacijos valdymu esant gripo pandemijai	Pagal poreikį	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 27 punktas.
<b>Visuomenės informavimas ir keitimasis informacija</b>				
15.	Iš anksto parengti informaciją platinti pagal skirtingus gripo pandemijos etapus, pritaikytą visuomenei ir įvairioms tikslinėms grupėms, teikti mokslu pagrįstą informaciją visuomenei, rizikos grupėms ir žiniasklaidai; skelbti patikimą informaciją apie gripo epidemiologinę situaciją, gripo pandemijos keliamą grėsmę ir prevencines priemones	Pagal poreikį	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, MVMT Telšių departamento Mažeikių skyrius, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 28 punktas.
16.	Numatyti, kaip bus teikiama informacija visuomenei ir įvairioms tikslinėms grupėms (spaudai, radijui, televizijai, sveikatos priežiūros specialistams, rizikos grupėms, valstybės institucijoms) skirtingais pandemijos etapais, keistis informacija tarp sveikatos priežiūros, ne sveikatos priežiūros institucijų nacionaliniu ir tarptautiniu lygiu	Pagal poreikį	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, MVMT Telšių departamento Mažeikių skyrius, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 29 punktas.

**2-ASIS ETAPAS.** Gripo pandemijos pavojaus periodas, naujo potipio gripo virusas nustatytas žmonėms

**Planavimas ir koordinavimas**

Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniame etape

17.	Užtikrinti sveikatos sektoriaus, kitų žinybų veiklos koordinavimą nustatčius naujo gripo viruso potipio sukeltą gripo atvejį (-us)	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-141 25 punktas Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 31 punktas.
18.	Įvertinti sveikatos priežiūros įstaigų pasirengimą valdyti pirmuosius naujo gripo viruso potipio sukeltus susirgimų atvejus ir protrūkius	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 35 punktas.
19.	Koordinuoti pandeminio gripo viruso plitimą stabdančių priemonių organizavimą ir įvertinti jų veiksmingumą	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, Savivaldybė, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 38 punktas.

**Situacijos stebėjimas ir vertinimas**

Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniame etape

20.	Sustiprinti gripo epidemiologinę priežiūrą Mažeikių rajono savivaldybėje ir rizikos asmenų grupėse (atvykstančių iš ligos paveiktų šalių ir kt.)	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 41 punktas. įsakymo Nr. 673 2 punktas.
21.	Stebėti gripo epidemiologinę situaciją Mažeikių rajono savivaldybėje: naudojant sustiprintą gripo epidemiologinę priežiūrą ir atvejo tyrimo duomenis nustatyti pirminius pandeminio gripo atvejus, sąlytį su susirgusiais turėjusius asmenis ir geografinį ligos paplitimą (kai Lietuvoje diagnozuojami naujo gripo viruso potipio sukelti susirgimai)	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 42 punktas.



22.	Išaiškinti gripo protrūkius žmonių ir gyvūnų populiacijose, taikyti protrūkių valdymo priemones	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius VMVT, MVMT Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 43 punktas.
<b>Prevenција ir lokalizavimas</b> Vykdėti visas priemones, numatytas ankstesniame etape				
23.	Taikyti rekomenduojamas gripo infekcijos plitimą ribojančias priemones.	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, ESK, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPĮ	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 60 punktas.
24.	Teikti rekomendacijas keliautojams, siekiant mažinti užsikrėtimo pandeminiu gripu riziką	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 55 punktas.
25.	Įvertinti gripo epidemiologinę priežiūrą, prevencinių priemonių tinkamumą, jei būtina, atnaujinti teisės aktus ir kitus dokumentus	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 54 punktas.
26.	Įvertinti vykdomą skiepimą nuo sezoninio gripo, siekiant išvengti žmonių ir gyvūnų kryžminės infekcijos gripu, skatinti asmenų, turinčių sąlytį su gyvūnais, skiepimą nuo sezoninio gripo	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, VMVT Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 56 punktas.
<b>Sveikatos sistemos atsakas</b> Vykdėti visas priemones, numatytas ankstesniame etape				
27.	Įvertinti sveikatos priežiūros sistemos pasirengimą izoliuoti, gydyti pavienius pacientus, užsikrėtusius naujo	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 61 punktas.

	potipio gripo virusu		Mažeikių skyrius, ASPI	
28.	Įvertinti gebėjimą nustatyti ir valdyti gripo ir ūminių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų protrūkius ASPI	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 62 punktas. LR SAM ministro 2009-02-26 įsakymas Nr. V-140 „Dėl Asmens sveikatos priežiūros paslaugų teikimo kilus gripo pandemijai tvarkos aprašo patvirtinimo“ (toliau – įsakymas Nr. V-140).
29.	Įvertinti sveikatos priežiūros įstaigų personalo skiepijimo nuo sezoninio gripo mastą	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 63 punktas.
30.	Įvertinti infekcijų kontrolės priemonių ir asmeninių apsaugos priemonių atsargas asmens sveikatos priežiūros įstaigose	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 64 punktas.
31.	Teikti metodinę pagalbą sveikatos priežiūros įstaigoms pandemio gripo diagnostikos, gydymo ir infekcijų kontrolės klausimais	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 66 punktas.
32.	Informuoti asmens sveikatos priežiūros įstaigas, globos institucijas apie gripo infekcijos kontrolės priemones	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 68 punktas.
33.	Asmens sveikatos priežiūros įstaigose vykdyti infekcijų kontrolės priemones pagal Pasaulio sveikatos organizacijos ir Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro rekomendacijas, siekiant užkirsti kelią hospitalinių infekcijų plitimui.	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 67 punktas.
34.	Patikrinti pasirengimo gripo pandemijai planuose numatytas visų lygių sveikatos sistemos atsako priemones, atkreipiant dėmesį į pacientų srautų valdymą ir pasirengimą masinei hospitalizacijai, pacientų izoliavimui ir gydymui.	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ESK	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 71 punktas.

35.	Planuoti sveikatos priežiūros įstaigų darbą esant dideliam darbuotojų trūkumui	Paskelbus 2-ąjį etapą	ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 72 punktas.
<b>Visuomenės informavimas ir keitimasis informacija</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniame etape				
36.	Prireikus atnaujinti informacinę medžiagą skirtą žiniasklaidai, visuomenei, sveikatos ir kitiems sektoriams	Paskelbus 2-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ESK, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 73 punktas.
37.	Mokyti sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojus, atsakingus už ryšius su visuomene, dėl informacijos skleidimo gripo pandemijos metu	Paskelbus 2-ąjį etapą	Savivaldybė, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 74 punktas.
<b>3-ASIS ETAPAS.</b> Gripo pandemija, naujo potipio gripo viruso sukelti susirgimai sparčiai plinta žmonių populiacijoje				
<b>Planavimas ir koordinavimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
38.	Įvertinti turimus išteklius ir pajėgumus, reikalingus valdyti ar lokalizuoti gripo pandemiją ir, jei reikia, juos padidinti.	Paskelbus 3-įjį etapą	Savivaldybė, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 78 punktas.
39.	Taikyti ir koordinuoti visas priemones, numatytas pasirengimo gripo pandemijai plane	Paskelbus 3-įjį etapą	Savivaldybė, ASPI, ESK	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 79 punktas.
40.	Nustatyti papildomų išteklių poreikį galimoms artėjančioms gripo pandemijos bangoms	Paskelbus 3-įjį etapą	Savivaldybė, ASPI, ESK	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 80 punktas.
<b>Situacijos stebėjimas ir vertinimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
41.	Tęsti sustiprintą gripo epidemiologinę priežiūrą, siekiant	Paskelbus	NVSC Telšių	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo

	iš anksto numatyti artėjančią kitą gripo pandemijos bangą	3-iajį etapą	departamento Mažeikių skyrius	82 punktas
42.	Stebėti galimus pandeminio gripo epidemiologinius, virusologinius ir klinikinius pokyčius	Paskelbus 3-iajį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 84 punktas.
43.	Vykdyti pandeminio gripo stebėseną ir įvertinti jo poveikį: sergamumą, mirštamumą, praleistų dėl ligos dienų skaičių, sveikatos priežiūros darbuotojų ir kitų svarbių sričių darbuotojų skaičių, sveikatos priežiūros įstaigų išteklius, lovdienius, priėmimo skyrių apkrovą, alternatyvių sveikatos priežiūros priemonių naudojimo galimybes, lavoninių talpą ir kitą susijusią statistiką	Paskelbus 3-iajį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 85 punktas. Įsakymas Nr. V-58.
<b>Prevenција ir lokalizavimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
44.	Tikslinti gripo pandemijos valdymo ir atsako priemones, atsižvelgiant į naujausią informaciją ir Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro ir Pasaulio sveikatos organizacijos rekomendacijas	Paskelbus 3-iajį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 88 punktas.
45.	Esant galimybei pradėti skiepyti pandeminio gripo skiepais asmenis pagal nustatytas prioritetines grupes	Paskelbus 3-iajį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 91 punktas.
<b>Sveikatos sistemos atsakas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
46.	Vykdyti infekcijos plitimo tarp sergančiųjų asmenų kontrolės priemones, atitinkančias naujausias Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro ir Pasaulio sveikatos organizacijos rekomendacijas; mokyti sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojus naudotis asmeninėmis apsaugos priemonėmis.	Paskelbus 3-iajį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI, Mažeikių rajonų savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 94 punktas.

47.	Taikyti pasirengimo gripo pandemijai plane numatytų sveikatos priežiūros bei būtinųjų paslaugų teikimo priemonės; stebėti sveikatos priežiūros įstaigų būklę; jeigu reikia, keisti skubios pagalbos teikimo sistemą; paskirstyti papildomus žmogiškuosius išteklius; teikti medicininės ir nemedicininės paslaugas pacientams, gydomiems alternatyviose sveikatos priežiūros sistemai nepriklausančiose patalpose (viešbučiuose, mokyklose ir kt.); teikti psichologinę ir socialinę paramą sveikatos priežiūros darbuotojams, nukentėjusiems asmenims ir bendruomenėms	Paskelbus 3-įjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPĮ, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 95 punktas.
<b>Visuomenės informavimas ir keitimasis informacija</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
48.	Teikti naujausią informaciją apie gripo pandemijos plitimą Lietuvoje ir savivaldybėje.	Paskelbus 3-įjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 96 punktas
<b>4-ASIS ETAPAS.</b> Rizika užsikrėsti naujo potipio viruso sukeltu gripu ir atsako priemonių poreikis mažėja.				
<b>Planavimas ir koordinavimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
49.	Atlikti gripo pandemijos poveikio ir pasirengimo gripo pandemijai vertinimą (savivaldybės, įstaigų lygiu) remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos ir Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro rekomendacijomis ir pasirengimo gripo pandemijai plano – ekstremaliųjų situacijų valdymo planų sudedamųjų dalių arba jų priedų – įgyvendinimo rezultatais, pagal šio vertinimo rezultatus stiprinti pasirengimą gripo pandemijai	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 97 punktas.

50.	Teikti siūlymus Lietuvos Respublikos Vyriausybei, Lietuvos Respublikos ekstremalių situacijų komisijai ir kitoms valstybės institucijoms dėl pasirengimo gripo pandemijai priemonių tobulinimo	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ESK, ASPI, Mažeikių rajono savivaldybės VSB, VMVT Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 98 punktas.
51.	Numatyti papildomų išteklių poreikį kitai gripo pandemijai	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 99 punktas.
<p><b>Situacijos stebėjimas ir vertinimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose</p>				
52.	Nustatyti epidemiologinės priežiūros ir kontrolės priemones, ruošiantis kitai gripo pandemijai	Paskelbus 4-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 100 punktas
<p><b>Prevenција ir lokalizavimas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose</p>				
53.	Esant galimybei, tęsti skiepimą pandeminio gripo skiepais vadovaujantis numatytais prioritetais ir atsižvelgiant į turimas atsargas	Paskelbus 4-ąjį etapą	NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, Savivaldybė, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 105 punktas
<p><b>Sveikatos sistemos atsakas</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose</p>				
54.	Peržiūrėti, atsižvelgiant į gripo pandemijos patirtį, ir atnaujinti pasirengimo gripo pandemijai planus (priemonių planus).	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 108 punktas.

55.	Papildyti medicininis atsargas; atnaujinti ir pristatyti būtinuosius reikmenis	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 106 punktas.
56.	Atnaujinti planinių sveikatos priežiūros paslaugų teikimą	Paskelbus 4-ąjį etapą	ASPI	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 107 punktas.
<b>Visuomenės informavimas ir keitimasis informacija</b> Vykdyti visas priemones, numatytas ankstesniuose etapuose				
57.	Įvertinti informacijos sklaidą, apžvelgti gautą patirtį, prireikus siūlyti keisti teisės aktus dėl informacijos sklaidos	Paskelbus 4-ąjį etapą	Savivaldybė, NVSC Telšių departamento Mažeikių skyrius, ASPI, Mažeikių rajono savivaldybės VSB	Įsakymo Nr. V-899 1 priedo 109 punktas.

**Sutrumpinimai:**

ASPI – Mažeikių rajono savivaldybės asmens sveikatos priežiūros įstaigos;

NVSC – Nacionalinis visuomenės sveikatos centras prie Sveikatos apsaugos ministerijos;

ESK – Mažeikių rajono savivaldybės ekstremaliųjų situacijų komisija;

VSB – Visuomenės sveikatos biuras;

VMVT – Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba .

Pasirengimo gripo pandemijai  
Mažeikių rajono savivaldybėje plano  
2 priedas

**ASMENS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS ĮSTAIGŲ GALIMYBĖS APTARNAUTI SERGANČIUS PACIENTUS GRIPŲ  
PANDEMIJOS METU MAŽEIKIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖJE**

<b>Eil. Nr.</b>	<b>ASPI pavadinimas, vadovo vardas, pavardė</b>	<b>Adresas</b>	<b>Telefonas, el. pašto adresas</b>
1.	VšĮ Mažeikių pirminės sveikatos priežiūros centras, Vykinga Korsakienė	Naftininkų g. 9, Mažeikiai	(8 443) 95 177, 8 686 49 023, info@mazeikiupspc.lt
2.	VšĮ Sedos pirminės sveikatos priežiūros centras, Vilmantė Stankevičienė	A. Baranausko a. 8, Seda, Mažeikių r.	(8 443) 46 203, 8 686 20 446, info@sedospsc.lt
3.	VšĮ Mažeikių senamiesčio pirminės sveikatos priežiūros centras, Gražina Kurienė	J. Basanavičiaus g. 22, Mažeikiai	(8 443) 26 462, 8 616 72 889, info@senamiesciopsc.lt
4.	UAB Šeimos sveikatos centras, Zita Šaulienė	J. Basanavičiaus g. 22, Mažeikiai	(8 443) 25 566, 8 687 29 630, sscentras@sscentras.lt
5.	UAB „InMedica“, Kęstutis Broniukaitis	Naftininkų g. 9, Mažeikiai	(8 443) 95 165, 8 694 81 473, info@inmedica.lt
6.	UAB Dr. A. Biržiškos sveikatos centras, Monika Balčiūnienė	Vytauto g. 2, Viekšniai, Mažeikių r.	(8 443) 39 001, 8 612 67 109, birziska123@gmail.com
7.	UAB Tirkšlių sveikatos namai, Danė Perminienė	Dariaus ir Girėno g. 9, Tirkšliai, Mažeikių r.	(8 443) 48 308, 8 698 02 596, sveikatosnamai@tirksliai.lt
8.	UAB „Medikvita“, Liudmila Riabova	Vilniaus g. 2, Mažeikiai	(8 443) 25 207, 8 698 46 892, info@medikvita.lt
9.	VšĮ Regioninė Mažeikių ligoninė L. e. p. Aranta Būtautaitė-Garalienė	A. Basanavičiaus g. 24, Mažeikiai	(8 443) 98 282, 8 687 49 610, info@mazeikiuligonine.lt



## **GRIPO VIRUSO PLITIMĄ RIBOJANČIOS PRIEMONĖS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Gripo viruso plitimą ribojančios priemonės:
  - 1.1. kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo bei rankų higienos laikymasis;
  - 1.2. saugaus atstumo laikymasis;
  - 1.3. asmeninių apsaugos priemonių naudojimas;
  - 1.4. tinkamas elgesys susirgus gripu.

### **II SKYRIUS KOSĖJIMO IR ČIAUDĖJIMO ETIKETO BEI RANKŲ HIGIENOS LAIKYMASIS**

2. Gripo virusas paprastai plinta oro lašeline būdu. Čiaudint ar kosint susidarantys lašeliai patenka ant virusui imlių žmonių viršutinių kvėpavimo takų gleivinės. Užkratas taip pat gali būti perduodamas per kontaktą su kvėpavimo takų išskyromis (pvz., liečiant daiktus arba paviršius, kuriuose yra virusas, ir po to liečiant savo akis, nosį ar burną).

3. Suaugusieji paprastai gali užkrėsti kitus žmones vieną dieną prieš gripo simptomų pasireiškimą ir iki penkių dienų nuo simptomų pradžios. Vaikai gali užkrėsti kitus dešimt ir daugiau dienų nuo simptomų atsiradimo.

4. Kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas bei rankų higiena – paprastos ir efektyvios priemonės, sumažinančios gripo viruso plitimą.

5. Kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo taisyklės:

5.1. kosint ar čiaudint, būtina užsidengti burną ar nosį su nosine (geriau vienkartinę), nususukti;  
5.2. jei nosinės nėra – kosėti ar čiaudėti į drabužius, kurie nekontaktuos su atvira ranka ir veiks kaip oro filtras (į alkūnės linkį, skverną).

5.3. neužsidengti burnos ar nosies delnu;

5.4. nosiai valyti ar išsišnypšti naudoti vienkartinės nosines, jas panaudojus išmesti į šiukšlių dėžę ir nedelsiant nusiplauti rankas;

5.5. nekosėti ir nečiaudėti kitų žmonių draugijoje – išeiti į kitą vietą;

5.6. neiškvėpti oro į kito žmogaus pusę;

5.7. vengti kontakto su didelės gripo komplikacijų rizikos grupės žmonėmis: mažais vaikais, nėščiosiomis, pagyvenusiais ligotais žmonėmis;

5.8. sveikas asmuo, atsidūręs kito asmens kosėjimo ar čiaudėjimo zonoje, turėtų nuo jo pasitraukti, trumpam sulaukyti kvėpavimą.

6. Rankų higienos taisyklės:

6.1. plauti rankas kuo dažniau;

6.2. plauti rankas prieš valgį;

6.3. plauti rankas palietus galimai užkrėstą daiktą;

6.4. vengti liesti durų rankenas, turėklus ir kitus daiktus, kurie galėjo būti liečiami kitų žmonių;

6.5. vengti kontakto su daiktais, kuriais keičiamasi (pinigais, bilietais ir kt.): mūvēti pirštines, atsiskaityti taip, kad nereikėtų gražos, atsiskaityti mokėjimo kortele, naudotis ne vienkartiniais, o daugkartiniais transporto bilietais;

6.6. palietus galimai užkrėstą daiktą, neliesti rankomis savo nosies ar burnos, netrinti akių;

6.7. jei rankos suterštos kvėpavimo takų išskyromis, jos plaunamos muilu ir vandeniu;

6.8. jei nėra galimybės nusiplauti rankų, jas galima valyti rankų antiseptiku.

7. Įstaigoje prie kriauklių (praustuvų) turi būti rankų plovimo priemonių.

8. Kuo dažniau vėdinti ir valyti patalpas.

### **III SKYRIUS SAUGAUS ATSTUMO LAIKYMASIS**

9. Didžiausią galimybę užsikrėsti gripu turi žmonės, esantys iki 1 metro atstumu nuo sergančio gripu asmens. Todėl reikia kiek įmanoma stengtis, kad darbuotojai laikytųsi didesnio nei 1 m atstumo vieni nuo kitų.

10. Gripo pandemijos sąlygomis tikslinga riboti susirinkimų ir asmeninių susitikimų skaičių, pirmenybę teikti bendravimui telefonu ir kitomis ryšio priemonėmis. Patartina vengti rankų paspaudimų, bučinių, kitų fizinių kontaktų, socialinių ir religinių ritualų, kurių metu liečiamasi prie kitų žmonių arba daugelio žmonių liečiamų daiktų.

11. Darbdaviai turi sudaryti tokias darbo sąlygas, kad nėščios darbuotojos ir darbuotojai, kurie serga lėtinėmis ligomis, gripo pandemijos metu nevykdytų funkcijų, susijusių su tiesioginiu kontaktu su gripu užsikrėtusiais asmenimis.

12. Rekomenduojama darbo vietose užtikrinti saugų atstumą, o nesant galimybei naudoti atitvarų sienelės.

### **IV SKYRIUS INDIVIDUALIŲ APSAUGOS PRIEMONIŲ NAUDOJIMAS**

13. Individualiosios apsaugos priemonės gripo pandemijos metu naudojamos vadovaujantis Rekomendacijų 7.5 papunktyje nurodytu teisės aktu.

14. Subjektuose, kurių veikla nesusijusi su tiesioginiu darbuotojų kontaktu su asmenimis, užsikrėtusiais gripu ar dažniais kontaktais su žmonėmis, kai atstumas tarp žmonių būna mažesnis nei 1 m, pandemio gripo plitimo tarp darbuotojų tikimybė nėra didelė. Tačiau tokiems Subjektams rekomenduojama pasirūpinti, kad kosintys ir / ar čiaudintys asmenys dėvėtų nosį ir burną dengiančias asmens apsaugos priemones.

15. Subjektų, kurios būtinos viešajam saugumui ir būtiniausiems visuomenės poreikiams tenkinti, darbuotojai, pagal atliekamo darbo pobūdį susiduriantys su dideliu žmonių skaičiumi, turi būti aprūpinti medicininėmis kaukėmis ir, galimybei esant, daleles filtruojančiais respiratoriais su 95 proc. ar didesnio efektyvumo filtru. Respiratoriai turi atitikti LST EN 143 ir LST EN 149 reikalavimus, o medicininės kaukės – LST EN 14683 reikalavimus.

16. Darbdaviai turi užtikrinti, kad darbuotojai, kurie turi kontaktą su šiukšlėmis ar kitomis medžiagomis, kuriose gali būti panaudotų nosinių, servetėlių ar kitų asmens higienos priemonių, gripo pandemijos metu minėtas medžiagas tvarkytų dėvėdami apsauginius akinius, medicininę kaukę ir mūvėdami gumines pirštines. Patartina naudoti ir kitas apsaugos priemones (veido skydelius, kaklo uždangas), taip pat įrankius, kurie leidžia išvengti rankų kontakto su tvarkomomis medžiagomis.

17. Subjektai privalo turėti tokį individualiųjų apsaugos priemonių kiekį, kad jų užtektų visiems darbuotojams, kuriems jas būtina turėti pagal atliekamo darbo pobūdį.

## V SKYRIUS

### TINKAMAS ELGESYS SUSIRGUS GRIPU

18. Gripo pandemijos metu, kai gydymo įstaigos perpildytos, tikslinga, kad asmenys, kurių gyvybei pavojus negresia (ligos eiga nesunki), ir kuriems nebūtina gauti dokumentą, pateisinantį neatvykimo į darbą priežastis, gydytūsi namuose, apie susirgimą telefonu pranešę pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigai, prie kurios yra prisirašę, ir nesilankytų pirminės sveikatos priežiūros įstaigose, nekviestų į namus šeimos gydytojų ir greitosios medicinos pagalbos brigadų. Prireikus konsultacijos rekomenduojama kreiptis į gydymo įstaigą arba sveikatos priežiūros specialistą telefonu arba kitomis nuotolinio ryšio priemonėmis.

19. Asmenims, kuriems pasireiškė gripo simptomai, rekomenduojama:

19.1. likti namuose iki gripo simptomų pabaigos, laikytis lovos režimo;

19.2. vartoti daug skysčių (vengti turinčių alkoholio, kofeino);

19.3. nerūkyti;

19.4. nepriimti svečių;

19.5. turėti termometrą, skysčių, maisto, servetėlių ir kitų asmens higienos priemonių (rekomenduojama šiais daiktais apsirūpinti iki gripo pandemijos pradžios, paskelbus jos grėsmę);

19.6. turėti paracetamolio ar kitų vaistų, kurių sudėtyje yra acetominofeno;

19.7. dažnai vėdinti ir valyti patalpas.

20. Elgesio karščiuojant rekomendacijos:

20.1. nebūtina mažinti temperatūros vaistais, kai ji yra mažesnė nei 39 °C;

20.2. karščiuojant netikslinga stipriai apsikloti, tai sumažina kūno šilumos apykaitą;

20.3. aspiriną (acetilsalicilo rūgštį) karščiuojant vartoti nerekomenduojama;

20.4. temperatūrai mažinti siūlytina vartoti vaistus, kurių sudėtyje yra acetominofeno (paracetamolį ar panašius).

21. 21. Sergančiojo gripu namuose taikytinos infekcijos plitimo prevencijos priemonės:

21.1. kosėjimo ir čiaudėjimo etiketas bei rankų higiena;

21.2. ligonio šeimos nariai ar lankytojai po kontakto su juo turi nusiplauti rankas;

21.3. ligonis turi naudotis atskirais valgymo ir gėrimo reikmenimis.

22. Gripo pandemijos metu pacientai į pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigas turėtų kreiptis karščiavimui užtrukus ilgiau nei 4–5 dienas, taip pat jei jiems būtina gauti dokumentą, pateisinantį neatvykimo į darbą priežastis.

23. Dėl skubiosios medicinos pagalbos patartina kreiptis atsiradus krūtinės skausmui, dusuliui, stipriam vėmimui, sąmonės sutrikimams ar kitiems pavojingiems požymiams.

---