

Influenssapandemiaan varautuminen

Maailmalla ja myös Suomessa leviää A(H1N1)-influenssavirus, "sikainfluenssa" ja epidemian ennakoitaan laajenevan loppuvuoden kuluessa. Influenssavirus tarttuu henkilöstä toiseen yskittäessä tai aivastaessa pisaroiden välityksellä. Tartuntaetäisyys on n. 1 metri. Virus voi tarttua myös käsien välityksellä. Toistaiseksi taudinkuva on ollut enimmäkseen lievä, kausi-influenssan kaltainen. Influenssa A(H1N1) –virus taudin oireisiin kuuluvat yleensä äkillinen kuume ja hengitystieoireet. Nyt syyskuun alussa Suomessa tai Salon seudulla ei ole A(H1N1)-viruksen tai muuta influenssaepidemiaa. Mahdollisesti muuttuvasta epidemiatilanteesta tiedotetaan.

OIREET: Tauti ei ala pelkällä nuhalla. Tavallisimmin oireita ovat äkillinen korkeakin kuume, hengitystieoireet, päänsärky, lihaskivut. Myös oksentelua ja ripulia oireena on esiintynyt

HOITONOHJAUS

Riskiryhmiin kuuluvia ja vakavia oireita potevia influenssapotilaita pyydetään ottamaan puhelimitse yhteyttä terveyskeskukseen tutkimusajan järjestämiseksi, mahdollisen lääkityksen ja muun hoidon arvioimiseksi. Perusterveet lapset eivät kuulu riskiryhmiin.

Lieväoireiset riskiryhmään kuulumattomat eivät pääsääntöisesti tarvitse lääkärin tutkimusta eivätkä lääkehoitoa. Korkeakuumeisen influenssapotilaan on oltava kotihoidossa ja levossa noin viikko. Sairauslomastodistusta tarvitsevien on otettava yhteyttä terveydenhoitajan tai lääkärin vastaanotolle.

Flunssaoireisiin tai influenssaan sairastuneena ei saa tulla muulle, suunnitellulle käynnille terveyskeskukseen, hammaslääkärille, kuntoutukseen, neuvolaan tms., vaan varattu aika on peruttava.

VÄLITÖNTÄ HOITOA VAATIVAT OIREET LAPSILLA

Aiemmin terveet lapset eivät enää kuulu riskiryhmiin, joille järjestelmällisesti suositeltaisiin viruslääkitystä

Lapsi on tuotava lääkärin tutkittavaksi, jos hän sairastuu influenssaoireisiin ja **lisäksi** hänellä ilmenee lisäksi jokin seuraavista oireista:

- hengitysvaikeus
- iho on sinertävä tai harmaa
- lapsi ei juo tarpeeksi
- oksentelu on voimakasta tai jatkuvaa
- lapsi ei herää tai reagoi mihinkään
- lapsi on niin ärtyisä ettei halua olla sylissä
- influenssan kaltaiset oireet häviävät, mutta palaavat kuumeen ja pahemman yskän kera

RISKIRYHMIIN KUULUVAT:

- raskaana olevat (koko raskauden ajan tai 4 viikkoa synnytyksen jälkeen)
- säännöllistä lääkitystä vaativa sydän- tai keuhkosairaus sekä diabetes (ei lievä verenpainetauti)
- krooninen maksan tai munuaisten vajaatoiminta
- immunopuutossairaudet (lymfooma, leukemia, HIV tms.)
- immuunivastetta heikentävä lääkehoito (elinsiirto, solunsalpaajat tms.)
- krooninen neurologinen sairaus tai hermolihasauti
- sairaaloinen ylipaino (BMI >40)
- heikkokuntoiset yli 65-vuotiaat

HOITO-OHJEITA:

- Kotona tulisi pysytellä, kunnes kuume on poissa (vähintään 1 kuumeeton päivä) ja muut oireet ovat vähenemässä. Käytännössä korkeakuumeinen influenssa aiheuttaa 5-7 päivän sairastamisajan. Raskaana olevat naiset ja henkilöt, joiden vastustuskyky on alentunut hoidon tai sairauden vuoksi saattavat joutua olemaan poissa työstä jopa 14 päivää tai lääkärin arvioinnin mukaan.
- Lepää ja juo riittävästi nesteitä
- Kuumetta alentavia lääkkeitä (parasetamoli tai ibuprofeini) käytetään tarpeen ja annostusohjeiden mukaan. Asperiniä ei suositella
- välitön yhteys terveyskeskukseen mikäli yleisvoinnissa tapahtuu selvää heikkenemistä
- vältä asiointia kodin ulkopuolella, jos joudut lähtemään niin muista suu- nenäsuojus (kk-nenäliina)
- käytä omaa autoa, vältä julkisia kulkuvälineitä
- tartunnan leviämistä voi vähentää hyvällä käsihygienialla ja oikealla yskimistekniikalla ja minimoida kontaktit muihin ihmisiin
- oireettomat perheenjäsenet (sairastuneen kontaktit) voivat käydä töissä, koulussa ja päivähoitossa normaalisti. Jos oireita ilmenee, on jätävä heti kotiin ja otettava oireiden niin vaatiessa yhteyttä puhelimitse terveyskeskukseen toimenpideohjeiden saamiseksi.

LÄÄKITYS

Ehkäisevää viruslääkitystä ei suositella.

Mikäli oireiden alusta on kulunut yli 48 tuntia, viruslääkitys ei todennäköisesti hyödytä potilasta.

Vakavassa tautitapauksessa hoito luonnollisesti annetaan myös myöhemmin.

Viruslääkitystä suositellaan potilaille, joilla on influenssan taudinkuva ja jotka kuuluvat riskiryhmään. (ks. edellä).

Tutkimus lääkehoidon arvioimiseksi tehdään terveyskeskuksessa. Lääkäri kirjoittaa normaaliin tapaan reseptin. Lääkitys on maksullinen ja se haetaan apteekista.

Influenssavastaanotot

Tässä vaiheessa influenssaoireiset potilaat ohjataan puhelinyhteydenoton perusteella influenssavastaanotolle (toistaiseksi pääterveysaseman hammashuollon tiloissa).

Influenssapotilasmäärien mahdollisesti kasvaessa käynnistetään influenssapoliklinikka muualla ja asiasta tiedotetaan väestölle.

Hammashuollon toiminta pääterveysasemalta siirretään väliaikaisesti muihin hammashoitoloihin. Hammashuollon asiakkaisiin, joiden vastaanottoaika vaihtuu, otetaan henkilökohtaisesti yhteyttä hammashuollosta.

Tiedotus

Influenssaa koskevaa neuvontaa ja tiedotusta on saatavissa puhelimitse kaikilta terveysasemilta ja terveyskeskuksen päivystyksen numero 02-7723611 vastaa ympäri vuorokauden. Lisätietoja löydätte Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL), www.thl.fi, terveyskeskuksen ja sairaanhoitopiirin kotisivuilta. Influenssaepidemian mahdollisesti laajetessa avataan erillinen neuvontapuhelin.

2.9.2009

Sara Sarjakoski-Peltola
johtava lääkäri