



## Háttérinformációk az új influenzáról és a javasolt megelőző intézkedésekről iskolák számára

**2009 áprilisában egy új influenzavírust** azonosítottak az amerikai kontinensen. Mivel szinte a teljes lakosság fogékony a vírusra, az Egészségügyi Világszervezet júniusban a készütségi szintet a **legmagasabb, 6. fokozatra emelte.**

Az eddigi tapasztalatok szerint ez a vírus jelenleg az évente előforduló, szezonális influenzajárványokban észlelhető súlyosságú megbetegedéseket okoz. A vírust május végén Magyarországon is kimutatták, azóta – egyelőre lassan, de – folyamatosan terjed hazánkban is. **Számítani lehet arra, hogy ősszel a szokásosnál hamarabb és több megbetegedéssel járó közösségi járványokat idéz majd elő, többek között az iskolákban is.**

Ez a vírus **cseppfertőzéssel** (a beteg ember nyálkacseppjeinek révén) valamint a nyálkacseppek által **szennyezett kéz és tárgyak útján terjed.** A betegség lappangási ideje 1-7 nap között változik, általában 1-4 nap. Hirtelen kezdődő hőemelkedés vagy láz mellett (de akár anélkül is) torokfájás, köhögés, nátha, izom- és ízületi fájdalom a legjellemzőbb tünet, de ezek mellett néha hányás, hasmenés is felléphet. A felnőttek a tünetek kezdetétől számított 5 napig, a gyermekek akár 7 napig is, illetve a tünetek fennállásáig fertőzőképesek. A krónikus alapbetegségük miatt orvos által rendszeresen ellenőrzött, gondozott személyek (tüdőbetegek, pl. asztmások, továbbá szív-érrendszeri, vese-, és májbeteg, anyagcsere betegségben szenvedők, pl. cukorbeteg, immunrendszert érintő, vagy rosszindulatú daganatos betegségben szenvedők) a **súlyos lefolyású** - akár kórházi ápolást is igénylő - **megbetegedésnek** vannak kitéve. Kockázati faktort jelent a nagyfokú elhízás, főleg ha cukorbetegséggel társul, továbbá a terhesség is. A kockázati csoportokba tartozók esetében a tünetek jelentkezését követő két napon belül megkezdett, vírusszaporodást gátló gyógyszeres kezelés a hatékony segítség. Az e csoportokba nem tartozók részére ezek a gyógyszerek nem ajánlottak.

A megelőzést szolgáló **védőoltások** beadása a leginkább veszélyeztetettek körében október elejétől kezdődik.

A gyermekek általában a felnőtteknél hosszabb ideig fertőzőképesek. Kortársaikkal szoros, gyakori és kiterjedt kapcsolatot tartanak fenn, és koruknál fogva nem vagy csak részben tartják be a higiénés szabályokat, ezért körükben az átlagosnál jóval nagyobb mértékben terjedhet a betegség. **A gyermek közösségekben és azok közvetítésével hatékonyan terjed az influenza,** ezért az oktatási intézmények elkötelezettsége és együttműködése a higiénés ajánlások betartásában alapvető fontosságú.

#### Javaslatok az influenzával kapcsolatos intézkedésekre:

- Kérjük, ismertesse a levelünkben leírt járványügyi információkat az oktatási intézmény dolgozóival, és jelöljön ki egy felelős személyt és egy helyettest az aktuális helyzet követésére ([www.antsz.hu](http://www.antsz.hu), [www.oek.hu](http://www.oek.hu)) és az intézkedések koordinálására.
- Az évnnyitó szülői értekezleten ismertessék a szülőkkel is az influenza jellemzőit és a megelőzés fontosságát. Ehhez írásos segédanyagot biztosítunk.
- Már a tanév első napjaiban vegye fel a kapcsolatot az iskola-egészségügyi szolgálattal (iskolaorvos, védőnő), és beszéljék meg a helyi sajátosságok figyelembe vételével a szükséges teendőket.
- Ha az iskola körülményei, illetve az adott tantárgy lehetővé teszi, célszerű az egyes osztályokat a saját tantermükben oktatni, és a tanárokat mozgatni az osztályok között, és nem fordítva.
- Rendszeresen emlékeztessék a diákokat és a személyzetet is az influenza megelőzésére, főként a megfelelő zsebkendőhasználat és a rendszeres kézmosás szabályaira (pl. indíthatnak rajzpályázatot, melynek témája az influenza megelőzése).
- Gondoskodjon arról, hogy a gyermekek és a személyzet számára a kézmosáshoz szükséges eszközök mindig biztosítva legyenek.
- A napi takarítás során különös figyelmet kell fordítani a gyermekek által gyakran használt felületek (kilincsek, kapcsolók, csapok, számítógépes billentyűzet stb.) akár napi többszöri takarítására – a háztartási célú tisztítószerek erre kiválóan alkalmasak.
- Gondoskodjon arról, hogy a napi hiányzás-jelentés rendszeresen elkészüljön, és ne csak iskolai, hanem osztályszinten is értékeljék azt. Ezáltal korán fel tudják ismerni a közösségi járvány indulását.
- Minden reggel figyeljék, hogy jött-e gyermek influenza-gyanús tünetekkel iskolába, továbbá hogy a tanítási nap során valakinél jelentkeztek-e a betegség tünetei. Őket azonnal el kell különíteni az iskola egy erre a célra kijelölt helyiségében addig, míg a szülők értük nem jönnek. Amennyiben állapotukban hirtelen romlás következik be, orvost kell hívni.
- A betegség súlyosabb lefolyása tekintetében kockázatnak kitett gyermekeket és felnőtteket már az influenza megbetegedések felbukkanása előtt célszerű azonosítani. Az iskola-egészségügyi szolgálat segítséget nyújthat ebben. Őket fokozottan kell védeni, és az első tüneteik megjelenése esetén náluk azonnal gondoskodni kell az orvosi ellátásról, és a vírus elleni kezelés haladéktalan megkezdéséről.
- Ha a napi hiányzások, vagy más jelek alapján felmerül a gyanú, hogy az iskolában, vagy egy-egy osztályban influenzaszerű megbetegedések nagy számban jelentkeznek, azonnal értesítsék az ÁNTSZ területileg illetékes kistérségi intézetét, melynek munkatársai helyszíni vizsgálattal és mintavételezéssel igyekeznek meghatározni a megbetegedéseket előidéző kórokozót.
- Egész iskolát érintő járvány kibontakozása esetén célszerű lehet a tanítás időszakos (maximum 7-10 napos) szüneteltetése. Ha ilyen döntés szükségessége merülne fel, a döntés meghozatala előtt mindenképpen célszerű konzultálni az ÁNTSZ illetékes kistérségi intézetével.

## Ajánlások az iskolák dolgozói számára az influenza terjedésének megelőzésére

Kérjük, fogadják meg az alábbi tanácsokat annak érdekében, hogy a diákokat, tanárokat és a személyzetet megóvják az influenzától. Ezeket az ajánlásokat nem csak influenza-járvány esetén, hanem MINDIG hasznos betartani.

- **Neveljék és rendszeresen emlékeztessék a gyermekeket és a személyzetet arra, hogy zsebkezdővel takarják el a szájukat és orrukat** köhögéskor, vagy tüsszentéskor. Figyelmeztessék őket, hogy köhögéskor, tüsszentéskor a könyökhajlatukkal is eltakarhatják a szájukat és orrukat, ha éppen nem áll rendelkezésre zsebkezdő. Kérjük, hogy a tanárok mutassanak példát viselkedésükkel.
- **Rendszeresen emlékeztessék a diákokat és a személyzetet a helyes kézhigiéné fontosságára**, és biztosítsanak számukra időt és eszközöket, hogy olyan gyakran mossanak kezet, amilyen gyakran csak szükséges. Folyamatosan tegyék lehetővé, hogy könnyen hozzáférhessenek meleg folyóvízhez és szappanhoz, vagy alkohol-alapú kéztisztítókhoz.
- **Rendszeresen és gyakran tisztítsák** szokványos tisztítószerrel azokat a felületeket, tárgyakat, melyeket gyakran érintenek (pl. padok, kilincsek, kapcsolók, billentyűzet, közösen használt tollak).
- **Kísérjék az iskola egy erre kijelölt helyiségébe azokat a diákokat, tanárokat és a személyzet más tagjait**, akik az iskolában történő tartózkodásuk során betegszenek meg. A betegek hazamenetelükig maradjanak a kijelölt helyiségben. Korlátozzák a betegeket gondozó személyek számát, és biztosítsanak száj-maszkot a betegek és ápolók részére.
- **Küldjék haza a beteg diákokat, tanárokat és más dolgozókat**, és tanácsolják nekik és családjuknak, hogy az influenzás betegek maradjanak otthon még legalább 24 órával azután is, hogy már lázcsillapító szerek nélkül sem lázasodnak be. A lázmérést ez alatt az idő alatt is rendszeresen kell végezni.
- **Gondoskodjanak az alapbetegségben** (pl. asztma, cukorbetegség, szívbetegség, máj-, vese- immunrendszeri betegség) **szenvedő beteg diákok és felnőttek korai orvosi vizsgálatáról**. Az influenzában megbetegedő, az influenza szövődményei szempontjából kockázati csoportba tartozók (krónikus betegek, terhesek, kórosan elhízottak) antivirális gyógyszeres kezelést kaphatnak. Ez a kezelés akkor hatékony, ha mielőbb elkezdik, ehhez azonban az kell, hogy időben orvoshoz irányítsák őket.
- **Tartsanak rendszeres kapcsolatot az ÁNTSZ illetékes kistérségi intézetével.**

**Kövessék az alábbi lépéseket a 2009/2010 iskolaév influenzajárványára való felkészülés során:**

- Frissítsék a személyzet, valamint az iskola működése tekintetében fontos szervezetek, ill. azok illetékes dolgozóinak elérhetőségére vonatkozó információk adatbázisát.
- Jelöljenek ki felelős személyeket, akik napra készen tájékozódnak az iskola működését felügyelő szervezetek által kiadott utasításokról, javaslatokról, tervekről és az influenza járványügyi helyzetéről.
- Állapítsák meg azokat a munkaköröket, amelyek tekintetében a dolgozó megbetegedése esetén helyetttest kell állítani a munka folyamatos elvégzése érdekében.
- Készítsenek terveket arra az esetre, ha az iskola működését influenzajárvány miatt fel kell függeszteni és pl. 7-10 napos tanítási szünetet kell elrendelni.
- Folyamatosan gondoskodjanak arról, hogy a szülők megértsék, milyen szerepük van abban, hogy az influenzajárvány ne sújtsa az iskolát, és hogy a gyermekek a rendkívüli tanítási szünetben se tartsanak iskolán kívüli csoportos összejöveteleket, ahol szintén terjedhet a fertőzés körükben.

**Amennyiben az influenza járványügyi helyzete komolyabbra fordul, az iskoláknak ajánlatos további lépéseket megfontolniuk:**

- **Kérjék a szülőket arra, hogy hosszabbítsák meg a beteg diákok otthoni ápolási idejét legalább 7 napra**, még akkor is, ha hamarabb gyógyulnak.
- **Végezzenek aktív szűrést az influenza tünetei tekintetében** a diákok, tanárok és az egész személyzet körében. A beteg diákokat, tanárokat vagy személyzetet ajánlatos elkülöníteni a többiektől, ill. hazaküldeni őket.
- **Találják meg a módját annak, hogy megnöveljék a társadalmi érintkezés távolságát** (az emberek közötti távolságot) az iskolában, így például az osztályok a saját termükben maradjanak és a tanárok járjanak osztályról osztályra az órarend szerint, továbbá lehetőség szerint tegyék egymástól távolabb a padokat, valamint halasszák el az osztálykirándulásokat.
- **Szükség esetén fontolják meg a tanítás felfüggesztését**, szorosan együttműködve az egészségügyi hatósággal.