

Feriți-vă de gripă! Numărul cazurilor de infecții respiratorii sezoniere ia amploare

După ridicarea restricțiilor impuse pentru prevenirea răspândirii noului coronavirus, a luat amploare numărul cazurilor de viroze respiratorii. Pe lângă acești pacienți, la cabinetele medicilor de familie și ale medicilor specialiști se prezintă tot mai mulți bolnavi de gripă. Cum acționăm și cum ne protejăm?

Potrivit Institutului Național de Sănătate Publică, numai în săptămâna 14 - 20 martie, au fost înregistrate la nivel național 557 cazuri de gripă clinică. Numărul cazurilor de gripă din această perioadă este mult mai mare anul acesta, comparativ cu anul trecut când se înregistrau 12 astfel de cazuri. În aceeași perioadă, la nivel național, numărul total de cazuri de infecții respiratorii acute (gripă clinică, IACRS și pneumonii) a fost de 64.058, cu 36,6% mai mare comparativ cu cel înregistrat în săptămâna similară din sezonul precedent (46.882) și cu 19,9% mai mare față de săptămâna anterioară (53.402), conform datelor INSP.

Cum ne protejăm?

Măsurile de igienă personală, precum spălarea cu apă și săpun a mâinilor, folosirea batistelor pentru strănut sau tuse sunt esențiale pentru prevenirea îmbolnăvirilor prin afecțiuni respiratorii, și în special prin gripă. Mai mult decât oricând, este nevoie să respectăm un regim de viață cât mai

sănătos. Asta înseamnă că trebuie să avem o alimentație bogată în proteine, legume și fructe, odihnă și mișcare (adică mers pe jos, cu bicicleta, patinaj, sporturi diverse). Toate aceste măsuri ne vor ajuta să ne menținem un organism mult mai rezistent în fața virusurilor respiratorii sezoniere. Specialiștii ne mai recomandă să evităm deplasările în locuri aglomerate care pot crea premisele îmbolnăvirii sau apariției complicațiilor afecțiunilor existente, mai ales dacă avem o vârstă înaintată sau deja ne confruntăm cu afecțiuni cronice cardiace și respiratorii. Și purtarea măștii în spații închise ne poate ajuta, condiția este să acopere atât nasul cât și gura.

Când poate fi gripa periculoasă

Retineți! Gripa poate fi mult mai periculoasă anul acesta deoarece în paralel cu virusul gripal, circula și coronavirusul SARS-CoV-2. Suprapusă cu noul coronavirus, gripa sezonieră poate duce la deces. Persoanele cele mai expuse riscului de a



dezvolta forme severe de boală sunt cele care au:

- o problemă cardiacă,
- o problemă de respirație sau dificultăți de respirație, inclusiv astm pentru care necesită luarea regulată de inhalatori sau tablete pe bază de steroizi,
- o boală de rinichi,
- imunitate scăzută din cauza bolii sau tratamentului (precum tratament cu steroizi sau pentru cancer) sau care au contact apropiat

at sau locuiesc împreună cu o persoană din acest grup,

- o boală de ficat,
- diabet,
- au avut un atac cerebral (sau un mini atac cerebral),
- o dizabilitate de învățare,
- o afecțiune neurologică, precum scleroza multiplă,
- paralizie cerebrală sau sindrom post-poliomielită,
- masă corporală mare.

Medicina genetică, viitorul în tratamentul maladiilor grave

Medicina genetică este acea specialitate medicală care se ocupă cu identificarea, diagnosticarea, tratarea și recuperarea pacienților cu afecțiuni genetice și cu anomalii congenitale. În ultimii ani, aceasta a cunoscut o dezvoltare semnificativă și în țara noastră.

Președintele Casei Naționale de Asigurări de Sănătate (CNAS), dr. Adela Cojan a explicat la videoconferința Sănătate și Farma care a avut loc săptămâna trecută, că această specialitate va reprezenta viitorul în tratamentul maladiilor grave. „Terapiile genice au intrat și la noi în țară. Am făcut tot posibilul chiar în această perioadă de cheltuieli consistente pe care trebuie să le acopere-

rim în legătură cu serviciile medicale acordate pacienților. Cred că medicina genetică va reprezenta viitorul în tratamentul și altor maladii, în special în afecțiunile grave, în bolile oncologice. Cred că trebuie să ne pregătim în continuare și pentru alte provocări. (...) De acum încolo cred că este fundamental să aderăm la dialog, la conciliere, la transparență, onestitate, echitate și empatie între



decidenți și între furnizorii de servicii medicale, între membrii corpului medical, pentru că numai o comunitate medicală unită în idealuri umanitare poate oferi pacienților noștri instrumentele adecvate și personalizate de diagnostic și tratament”, a spus președintele CNAS.

Mai mulți bani pentru medicii de familie

Medicii de familie vor primi mai mulți bani. Ministrul Sănătății, dr. Alexandru Rafila a anunțat o mărire a finanțării cu peste 20%.



„Am crescut cu 22% finanțarea medicinei de familie, este o creștere fără precedent, tocmai ca să arătăm interesul și să venim în sprijinul acestei categorii profesionale”, a spus ministrul Alexandru Rafila, săptămâna trecută, într-o conferință de presă. Cu acest prilej, dr. Rafila a subliniat importanța medicinei de familie în vederea

reducerii presiunii pe spitale. „Medicina de familie trebuie să ofere într-adevăr servicii de sănătate și ea trebuie să reprezinte atât partea care realizează serviciile medicale preventive, cât și o bună parte din cele curative, încât presiunea pe sistemul medical spitalicesc să fie mai mică”, a mai spus ministrul Rafila.