КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ ЗАРАЗЯВАНЕ С ВИРУСА НА ПТИЧИЯ ГРИП

Основна информация:

- Птичият грипен вирус А (H5N1) причинява инфекция, която засяга най-често дивите птици, но може да се разпространи и сред домашните птици - кокошки, патици и др.
- Заразените птици отделят вируси със слюнката, носния секрет и изпражненията си и те интензивно се разпространяват сред възприемчивите здрави птици.
- В редки засега случаи вирусът може да предизвика заболяване и при хора, имали директен контакт с болни птици.
- Източник на зараза за човека са птиците – домашни (кокошки, патици) и диви (главно водоплаващи – патици и гъски). Патиците могат да бъдат източник на инфекция дори и когато са напълно здрави.
- Инфекцията с вирус А (H5N1) при хора може да причини тежко заболяване и смърт. Засега все още няма ваксина за предпазване на хората от този вирус.
- Хората се заразяват при:
  - директен контакт с инфектираните птици (болни или носители на вируса). Най-често това става при по-продължителни и интензивни контакти, напр. свързани с грижи за домашни птици;
  - при контакт със замърсени от птиците предмети и повърхности;
  - при контакт със секреции и птичи тор, където концентрацията на вируса е много висока.
- Заразяването на хора става най-често посредством замърсени ръце, по-рядко при директно попадане на пръски, съдържащи вирус, върху лигавиците или при вдишване на вируса. Счита се, че известен риск съществува и при консумиране на продукти от птичи произход, които не са обработени термично.
- Няма данни за възникване на заболявания при хора след консумация на обработени птиче месо и яйца, защото птичите грипни вируси загиват при термичната обработка на храната.

Предпазни мерки при разпространение на грип А(H5N1) при птиците и/или при възникване на заболявания при хора

- Да се избягват директни контакти, когато това е възможно, с живи и видимо здрави, както и с болни, или умрели домашни птици. Да не се пипат предмети и повърхности, замърсени с птичи изпражнения или секреции.
- Да се избягват изобщо всякакви контакти с диви птици. Във връзка с риска от носителство на грипния вирус А (H5N1) сред дивите водоплаващи птици стриктно да се спазва забраната за ловуването им.

- Както при всички инфекциозни заболявания, основна предпазна мярка е спазване на обичайната хигиена и най-вече често и внимателно измиване на ръцете със сапун и вода в продължение на 15-20 секунди. При липса на условия за миене може да се използват влажни хигиенни кърпички за ръце, както и дезинфектанти за ръце.
- Да не се консумират сурови или полусурови птиче месо или продукти от птичи произход. При приготвяне на храната всички продукти от птичи произход, включително и яйцата, трябва да бъдат много добре обработени термично (достатъчно висока температура, за достатъчно дълго време), което гарантира унищожаване на вируса на птичия грип.
- Когато се приготвя храна, трябва да се спазват определени хигиенни изисквания:
  - суровото месо трябва да се съхранява отделно от сготвените и всички други храни. Да не се използват едни и същи нож и дъска за рязане на суровото месо и другите храни (сготвени или такива, които се консумират сурови);
  - да не се пипа нито сурова, нито готвена храна, преди да се измият ръцете;
  - да не се поставя сготвеното месо в същия съд, в който е било преди термичната обработка;
  - всички продукти от птичи произход трябва да бъдат добре обработени термично (висока температура за достатъчно продължително време). Да не се консумират сурови и рохки яйца;
  - яйцата да се измиват със сапун и вода непосредствено преди приготвянето им, след което внимателно да се измият и ръцете;
  - да не се използват сурови или недоварени яйца при приготвяне на ястия, които не подлежат на термична обработка.
- След обработка на сурово птиче месо и яйца, които може да са замърсени с вируса на птичия грип (както и с други микроорганизми), ръцете, използваните съдове и повърхности трябва да се измиват веднага със сапун и вода.
- Самонаблюдение за поява на симптомите, типични за заболяването при човек – респираторни или инфекция на очите (повишена температура, силно неразположение, кашлица, затруднено дишане, хрема и/или конюнктивит), в рамките на 10 дни след евентуално заразяване (контакт с болни и съмнително болни птици, или с повърхности, които може да са били замърсени от болни и умрели птици).
- При възникване на заболяване с температура, кашлица, затруднено дишане или при каквото и да е друго заболяване в този 10-дневен период консултацията с личния лекар или със специалист по инфекциозни болести е задължителна. Лекарят трябва да бъде информиран за симптомите и за възможността да се касае за заразяване с птичи грип във връзка с контакт с болни птици или с пребиваване в заразена зона преди началото на заболяването, за местата, които са посещавани, за директен контакт с птици или с болни и съмнително болни от птичи грип лица.

- Заболелите с предполагаема диагноза птичи грип трябва да бъдат изследвани лабораторно за потвърждаване на диагнозата.
- За предпазване на близките контактни лица болните трябва да спазват добра хигиена на ръцете. По възможност да използват марлена маска, а като кашлят да закриват устата си с ръка, да използват еднократни носни кърпи, които могат да се изгарят.

Тези препоръки подлежат на актуализиране в зависимост от развитието на епидемичната ситуация.