



Malit të Zi
Ministria e Shëndetësisë

Për aeroporte, porta dhe kalime kufitare të Malit të Zi **POROSITË DHE PYETËSORI PËR UDHËTARË**

të cilët vijnë nga Meksiko, SHBA- të ose shtetet tjera tek të cilat janë regjistruar sëmurje nga gripit A(H1N1) /thiut/ apo kanë udhëtuar me dikënd që është sëmurë apo që kujdeset për person për të cilin dyshohet se është i infektuar me virusin e gripit A(H1N1).

Ruajeni këtë pyetësor 7 ditë dhe shikoni simptomet ne faqen që vijon!

Data e sotme: _____

Ruajeni këtë pyetësor deri: _____

ME RËNDËSI !!!

E ndieni se keni temperaturë te rritur, a kolliteni apo keni dhimbje ne fyt?

Nëse keni një apo më shumë nga simptomet e permendura dhe keni qenë në Meksiko, SHBA apo në ndonjë shtet në të cilin janë regjistruar raste të sëmundjes nga gripit A(H1N1), ju lutemi që të njoftoni policët, doganierët apo inspektorin sanitar në kalimin kufitar, dhe t'ju tregoni këtë pyetësor.

Nëse jeni të infektuar me virusin e gripit A(H1N1), mund të keni një apo më shumë nga simptomet në vijim:

- Temperaturë (mbi 37,°C)
- Dhembje ne fyt
- Kollitje
- Të zënurit e hundës
- Rrëqethje (ethe)
- Dhembje koke
- Dhembje në eshtra dhe muskuj
- Lodhje
- Tevjellur/të qitur për qafe/ dhe diare/ barkqitje /(kryesisht tek fëmijët)

Nëse jeni të shëndoshë dhe keni qenë ne ndonjëren nga shtetet e permendura ose keni udhëtuar me ndonjërin i cili është sëmurë ose kujdeset për personin për të cilin dyshohet se është i infektuar me virusin e gripit A(H1N1), ruajeni këtë pyetësor dhe përciellni këshillat gjatë shtatë ditëve

1. Përciellni gjendjen tuaj shëndetësore.
2. Mateni temperaturën trupore në mëngjes dhe në mbrëmje.
3. Shkruani vlerat e temperaturës ne tabelë

Kontrollimi i temperaturës gjatë shtatë ditëve

Dita	Data	Mëngjes	Mbrëmje
1		°C	°C
2		°C	°C
3		°C	°C
4		°C	°C
5		°C	°C
6		°C	°C
7		°C	°C

1. Nëse nuk keni pasur asnjë simptom as pas 7 ditësh prej kthimit nga udhëtimi konsiderohet se nuk keni ardhur në kontakt me virusin e gripit A(H1N1)

2. Nëse mendoni se brenda 7 ditësh prej kthimit nga udhëtimi keni fituar simptomet e sëmurjes të shkaktuar nga virusi i gripit A (H1N1), me paraqitjen e simptomave të para qendroni tek shtëpia dhe menjëherë kërkoni ndihmën e mjekut në këtë mënyrë:

- Me anë të telefonit kontaktoni mjekun tuaj të zgjedhur dhe caktoni vizitën tek shtëpia juaj ose, nëse keni mundësi, shkoni me automjetin tuaj tek mjeku i zgjedhur (sipas marrëveshjes së mëparshme me të). Me rastin e shkuarjes tek mjeku veni maskën kirurgjike mbi hundë dhe gojë ose në mungesë të saj vendosni gazë ose faculetë letre mbi hundë e gojë posaçërisht gjatë kollitjes ose të teshurit.
- Alesi mos shfrytëzoni mjetet e transportit publik.
- Kur të mbrini tek mjeku juaj jepjani këtë pyetësor. Tregoni për udhëtimin tuaj të paradokohshëm dhe përshkruajani simptomet të cilat i keni e që janë numëruar në këtë dokument.
- Nëse nuk keni mjek të zgjedhur paraqitnjune Ndihmen Urgjente Medicinale dhe tregoni mjekut

për çka bëhet fjalë dhe batoni këshillat etij. **Si të parandaloni përhapjen e gripit A(H1N1) në personat nga rrethi juaj deri sa të mos aprovohet vendimi se a do të shëroheni tek shtëpia apo në spital:**

- Rrini tek shtëpia. Qendroni në një dhomë dhe sa është e mundur shmanguni nga kontaktet e afërta me të tjerët. Posaçërisht mbani llogari kur shtëpiakët ju siellin ushqimin dhe kur e shfytëzoni toaletin;
- Mbani maskat kirurgjike kur jeni në kontakt me të tjerët. Familjarët tuaj mund ti blejnë në barnatore. Familjarët të cilët kujdesen për ju po ashtu duhet të përdorin maskën kirurgjike dhe dorëzat (nëse i kanë) dhe çdo herë pasi të dalin nga dhoma juaj ti heqin dorëzat dhe ti qesin në teneqen e mbeturinave dhe mirë t'i lajnë duarët;
- Kur kolliteni apo teshni mbulonit hundën dhe gojën me faculetë ose me dorë (nëse nuk keni faculetë)
- Hilleni faculetën e përdorur në teneqen e mbeturinave;
- Mbas kollitjes dhe të teshurit lani duarët me sapun dhe ujë, ose përdorni mjetet për pastrimin e duarëve në bazë të alkoolit.

Vërejtje për mjek

Pacienti i cili posedon këtë pyetësor MUND të ketë qenë i ekspozuar virusit të gripit A(H1N1) gjatë udhëtimit të paradokohshëm.

Pacientit tuaj i është dhënë ky pyetësor me rastin e hurjes së tij në Malin e Zi. Rastet e sëmurjes së njerëzve nga virusi i influencës A(H1N1) janë identifikuar në botën e jashtme dhe ky udhëtar ndoshta ka qenë i ekspozuar virusit deri sa ka qëndruar jashta Malit të Zi. Përdorni paisjen për mbrojtje personale (maskën, syzat, dorëzat, mantelin) gjatë vizitës së pacientit dhe veproni në pajtim me Algoritmin për trajtimin e personit (udhëtarit që kthehet nga shtetet tjera) tek të cilët dyshohet në sëmundjen e shkaktuar me virusin e gripit A(H1N1) - njohja, kërkimi dhe trajtimi inicial.