

# GRIPE

## ••Manual de Tratamento em casa••

○ Gripe Suína(A/H1N1) é considerada doença grave?

⇒ Não. A gripe é considerada epidemia leve. Os doentes hospitalizados são poucos.

⇒ Todos os anos surgem novos tipos de gripe. Para aquelas que sofrem de asma, respiração crônica e do coração, pessoas idosas, bebês, grávidas contaminadas podem se tornar graves, mas aquelas com saúde que contraem, em uma semana curam-se naturalmente

⇒ Para tanto, para quem tem sentimento mais cauteloso, é necessário seguir corretamente as instruções deste manual em casa.



No caso de contaminação leve, repousar em casa



★ Caso esteja contaminado com a Nova Gripe, quando for grave, é preferível se hospitalizar. Quando for leve, é apropriado fazer tratamento em casa.

★ Quando começar a febre alta, contar 7 dias a partir do dia seguinte, e 2 dias quando abaixar a febre, tendo cuidado nos seguintes pontos



## Atenção aos pontos para o paciente e família

- Para aqueles que sofrem de respiração, as grávidas, que tenham receio de se tornar grave, é necessário que se hospitalizem.
- No caso de tratamento em casa, é necessário observar a condição física do doente e a família se prevenir contra a doença, para não proliferar. E a colaboração da família.

### 【Doentes】

- ① Todos os dias **medir temperatura do corpo**.
- ② Os remédios receitados, **tomar até o fim, mesmo quando sarar**.
- ③ Evitar sair de casa, **preferível ficar no quarto**.
- ④ **Tomar liquido** como chá, sport drink, sopa.
- ⑤ Alimento nutritivo, e **dormir adequadamente**
- ⑥ **[tosse etiqueta]** ~Respeitar corretamente



### 「Tosse etiqueta」

- Enquanto há tosse, usar **máscara**
- Caso não tenha máscara, com lenço de papel, **cobrir a boca e o nariz** –( usar a manga da blusa/camisa, quando não tiver tempo.)
- Jogar o lenço de papel **no lixo**, logo após o uso
- Ao tossir, **virar o rosto** quando estiver entre as pessoas (se possível 1 metro de distância)





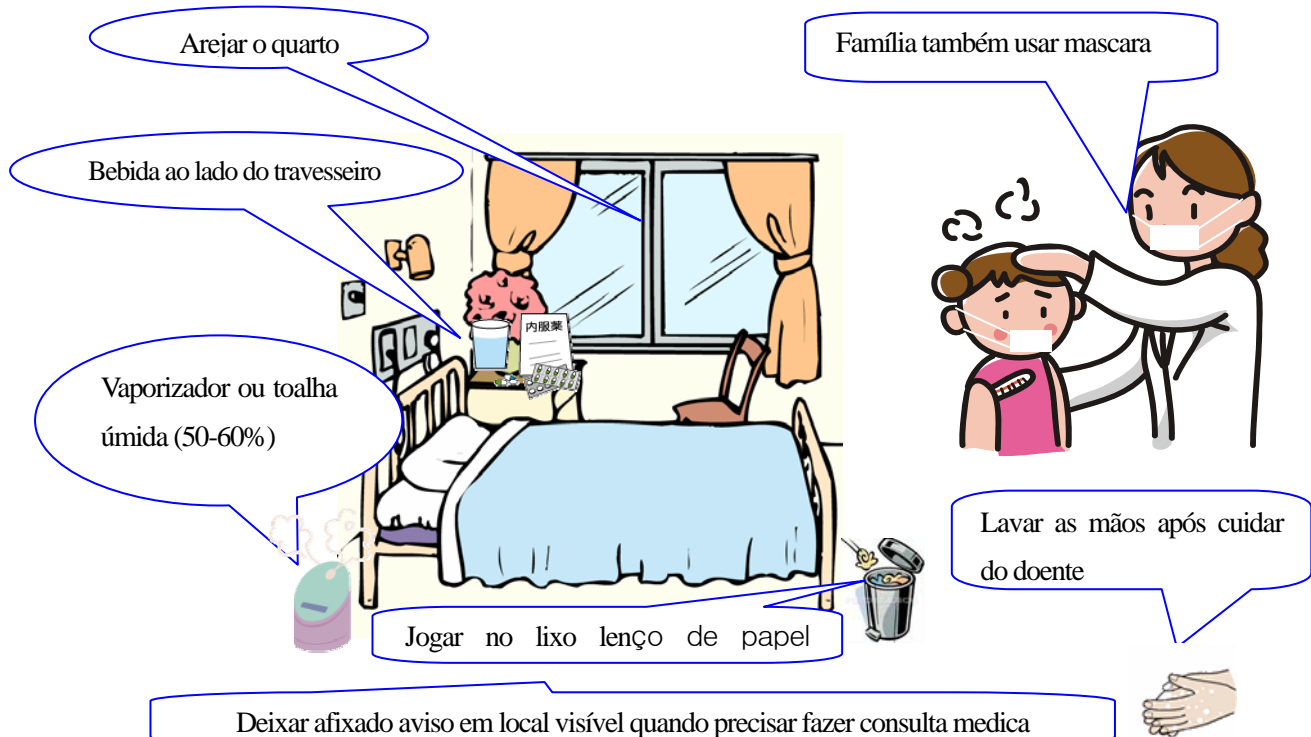
## 【Todos da Família】

### Tratamento do doente

- ① Observar a condição da febre do doente se há mudança, caso haja, fazer consulta médica em que fez o tratamento (afixar aviso em local visível)
- ② Tomar líquido e refeição nutritivos. Escolher alimentos nutritivos.

### Prevenção da Saúde da Família

- ① A família também medir temperatura do corpo todos os dias.
- ② Após cuidar do doente, lavar as mãos corretamente.
- ③ Se possível, em quarto separado do doente
- ④ Arejar e manter a umidade do quarto.
- ⑤ Quando estiver cuidando do doente, usar máscara
- ⑥ As roupas e louças usadas pelo doente, são possíveis de desinfetar nas lavagens, somente a família evitar usar as mesmas louças, toalhas usadas pelo doente.



Quando ocorrer estes casos,por favor Consultar o médico

● Consultar novamente o médico,quando ocorrer estes casos que precisam de atenção

- 4 dias com febre,em que não há indícios de recuperação
- Tosse,muito catarro,dor no peito quando respira
- Dificuldade ao tomar liquido,tontura,desidratação
- Dificuldade na respiração(quando for rápida),sem apetite.

● Melhorou,mas outra vez com tosse,catarro,febre,favor consultar novamente

※ No caso de crianças pequenas,é preciso atenção também

- Não estar consciente normal(estar meio \*desligado\*,dorme demais)
- convulsão anormalidade no movimento  
(de repente fica assustado,chora,corre pela casa, grita)

【Hatsunetsu Soudan Center (Centro de Conselho de Febre) 9:00 ~ 17:00 horas

◇Murayama Hokenjo(Yamagata-shi) Fone 023-627-1117 Fax 023-622-0191

◇Mogami Hokenjo(Shinjo-shi) Fone 0233-29-1268 FAX 0233-22-1311

◇Okitama Hokenjo(Yonezawa-shi) Fone 0238-22-3002 FAX 0238-22-3850

◇Shonai Hokenjo(Mikawa Machi) Fone 0235-66-4920 FAX 0235-66-4935

【Guichê consulta】 Atendimento 9:00 ~ 17:00 horas

◇Yamagata Kenchou Hoken Yakumuka 023-630-2315FAX023-632-8176

※ Em seguida no Yamagataken Kokusai Kouryukyukai (Associação linternacional deRelações em Yamagata =AIRY) atende aos estrangeiros, junto com a Hatsunetsu Soudan Center para as consultas em diversos idiomas

【Consulta aos estrangeiros】 Fone 023-646-8861 FAX 023-646-8860

Ingles terca ~sabado 10:00~17:00

Chines terca e sexta 10:00~14:00

Coreano quinta e sabado 10:00~14:00

Portugues quarta e sexta 10:00~14:00

★ Recado/aviso .Escrever nome/endereço de Centros e Médicos

Recado/aviso	Número do telefone

Home-page da Província de Yamagata(endereço : <http://www.pref.yamagata.jp>)

Consta também informações sobre a Nova Gripe