

# Folleto de medidas para la influenza de nuevo modelo. (Edición Segunda)

Centro de Salud Pública de municipio de Hachioji 10 de Julio de 2009

¡ Cambiamos las sistemas de consulta y tratamiento de médico de la influenza de nuevo modelo !

Preparen durante el tiempo de extension en Otoño/Invierno

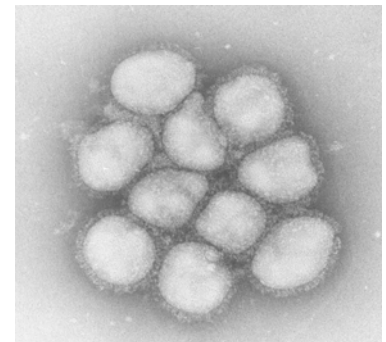
## Conocimiento de la influenza de nuevo modelo

El Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar anunció en 19 de Junio de 2009 la guía de operación dónde se trata la influenza de nuevo modelo como la influenza común de estaciones, revisando la sistema de tratamiento médico/inspección de cuarentena del pasado en gran parte debido a epidemia mundial de la influenza de nuevo modelo.

Esta revisión fue efectiva, entendiendo que virus tiene poco toxicidad y extension de infección es inevitable en Otoño/Invierno.

En dirección de la oficina de Metropolitano de Tokyo y minicipio de Hachioji, operación siguiente fue desarrollado desde 11 de Julio, 2009 sobre la influenza de nuevo modelo a través de plazo de ejecución en parte. Esperamos que ciudadanos siguen esta dirección.

Es importante conocer como efectúa medida preventiva en futuro y también comprender como reacciona si se fue infectada la influenza de nuevo modelo. Este folleto es una resumen cuando se lo extiende en Japón



Un nuevo virus de la influenza ejemplar la imagen manifiesta eléctrica

### Antes de 19 de Junio, 2009/07/16

1. Consulten para fiebre con el medico de paciente externo para fiebre después de consultar por teléfono con coordinador de oficina, si se sienten síntomas de la influenza y si hay experiencia de viajes exteriores y la historia contagiosa con la persona de influenza.
2. Los individuos definitivamente infectaron la influenza de nuevo modelo son tratado como pacientes hospitalizado en principio.
3. Detectamos lo más pronto posible infección individual y agarramos progreso de tratamiento de cada uno. (Todos los patients sospechosos son confirmado si ellos son de la influenza de nuevo modelo a través de prueba genetica.)



Plazo de ejecución en parte

### Después de 11 de Julio, 2009

1. Consulten en institución médico general como médico de familia después de consultación por teléfono si se sientan síntoma de la influenza. (Ya no más de consultar en la oficina de paciente externo para fiebre.)
2. Recuperen en la casa si no son grave.
3. No agarramos progreso de tratamiento de cada uno. Pero tratamos de impedir extension, detectando temprano las apaviciones de grupo. (Por rasón de confirmar infección, prueba genetic es aplicado para las patients quienes tienen posibilidad de estar infección grave.)

- ※ Nombre de [El centro de consulta para fiebre] fue cambiado como [El centro de consulta para la influenza de nuevo modelo].
- ※ Hay una posibilidad de revisar la guía de operación si aumentar tendencia de virus.

### Medidas de la influenza de nuevo modelo cuando se lo extiende

1. Controlen sus saludes siempre con la conocimiento correcta.
2. Cuando salgan con el asunto especial, abstengase de ir a el gentio lo más que possible.
3. Comprenden como se hacen si hay duda de infección.

## (1) Controlen sus saludes siempre con la conocimiento correcta

Características de la influenza de nuevo modelo son siguientes. Es parecido como la influenza común de estaciones. Pero hay posibilidad de infectar más gentes por rasón de la realidad que poca gente tiene inmunidad de la influenza de nuevo modelo.

### Características de la influenza de nuevo modelo

1. Síntoma: Alto fiebre inesperadamente (más de 38 grados), tos, dolor de garganta, estar mocozo, dolor de cabeza, dolor de articulación o músculo, diarrea, ect. La Mayoría de esas sintoma no es grave y recuperan en una semana o así, bajando fiebre dentro de unos días.
2. Periodo de incubación (desde infección de virus hasta aparición de sintoma: Aproximadamente 2-4 días. Máximo 7 días.)
3. Tratamiento: Recuperan espontáneamente en general. Medicina de anti-influenza (Tamiflu/Relenza) se lo recupere más temprano.
4. Ruta de infección: Hay dos tipos, por vía aérea y contagio.  
Infección por vía aérea .....Infecta por aspirar de tos y estornudo de la persona infectada. Este vuela 2m aproximadamente.  
Infección de contagio. ....Infecta de las manos, la boca, la nariz y conjuntiva de los ojos por tocando algo adheriendo virus.

Es importante de controlar sus saludes siempre para prevenir la influenza de nuevo modelo. Vida regulado, coman alimentación equilibrada y dormir bien son importante.

### Información nuevo sobre la influenza de nuevo modelo

*Kosei-roudou-shou* (El Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar): <http://www.mhlw.go.jp/>

*Tokyo-to-fukushi-kyoku* (El Departamento de Bienestar y Salud Pública de Metropolitano de Tokyo):

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/>

*Hachiojishi-hokensho* (El Centro de Salud Pública de Hachioji):

[http://www.city.hachioji.tokyo.jp/hoken\\_iryu/hachi\\_hokenjyo/index.html](http://www.city.hachioji.tokyo.jp/hoken_iryu/hachi_hokenjyo/index.html)

## (2) Cuando salgan con el asunto especial, abstengase de ir a el gentio lo más que posible

Es necesario de tener medida depende de ruta de infección a fin de no se infecta la influenza de nuevo modelo durante el tiempo de epidemia.

### Prevención de infección por vía aérea



- Abstengase de ir a el gentio.
- No acerquen la personas quiénes se sienten síntomas de la influenza
- Se pongan la mascarilla que no está tejada con la tela (Nonwovens)

### Prevención de infección de contagio



- Lavense las manos atentamente.
- Desinfecten los manos/dedos (Usen formulación de alcohol).
- No se toquen la boca, la nariz o los ojos antes de lavar las manos.

Virus de la influenza pasa a mascarilla que no está tejada con la tela (Nonwovens) en algún nivel. Además, hay posibilidad de pasar virus de espacio entre la cara y la mascarilla. Comprendiendo que la mascarilla no es la cosa perfecta, abstengase de ir a el gentio y no acercan menos de 2m de la personas quiénes se sienten síntomas de la influenza. Por favor, siguen estas medidas sin falta. Reconfirmen como se usan la mascarilla correctamente.

### ¿Como se ponen?



1. Fijan la las orejas con la cinta elastic, fijando la parte de nariz a la caballete de nariz.

2. Ajusten para que se fijan a nariz, boca y barbilla.

### ¿Como se quitan?



1. Quiten de la cara teniendo la cinta elastic de un lado con cuidado de que no toquen superficie de la mascarilla.
2. Saquen de la cara teniendo solamente la cinta elastic de otro lado.

### ¿Como la botan?



- Boten en el basura que tiene la tapa o en la bolsa plástica y cierren la bolsa inmediatamente, teniendo solamente la cinta elastic. Después, lavense las manos atentamente.

Deban conocer anteriormente el medio de correspondencia en el caso de estar dudoso en infección.

Tengan la etiqueta de tos en caso de tener como **síntoma** de influenza.

En caso de tener un **síntoma** así como la influenza de nuevo modelo, es más importante de cuidar lo que no hagan contagiar otros. Tengan la etiqueta de tos y eviten salir a la fuera innecesariamente.

La etiqueta de tos es que 1.sepongan la mascarilla cuando tienen tos y/o estornudo, 2.setapen su boca y nariz con pañuelo de papel y otro en el momento de tos y/o estornudo y 3.seboten el papel usado a contenedor con tapa o metan a bolsa cerrada de vinilo. Estas acción son requerida.



Deban conocer anteriormente el método como consultar a medico en caso de tener **síntoma** así como influenza.

La sistema de consulta médica para la influenza nuevo modelo en época de extensión es igual para la influenza de estaciones basicamente. En el momento de consultación médica, deban comunicar a medico u hospital anteriormente y confirman las horas, etc. El momento de consultación médica, sepongan la mascarilla si tienen tos, etc.

Personas conocen hospitals vecinos cuales están consultando a paciente de fiebre

Llaman a hospitales cuales están consultando pacientes de fiebre y pregunten las horas de consultación, cuiden no ir a hospitales sin comunicación anteriormente por teléfono.

Personas no conocen donde están hospitals cuáles están consultando para la influenza de nuevo modelo

Llaman al centro de salud pública y le pregunten en cuál hospital deben consultar.

Personas quiénes padecen enfermedad crónica y tienen el medico de familia

Llaman y confirman la hora de consultación y cuiden no ir a hospital sin comunicación anterior por teléfono.

Personas quiénes están embarazadas

Llaman a medico tocólogo de familia y tengan la presentación de ellos. Hay posibilidad que su medico avise su información de consultación a el medico tocólogo presentado.

Personas están grave de respiración dolorosa o en semiinconsciente

Tengan la consultación de hospitals sepreparado de facilidades de hospitalización más pronto possible. Sí necesitan llamar una ambulancia (el numero de teléfono es 119), la avisen que ustedes tienen sintomas de la influenza, sin falta.

En caso que sus familia o compañero de trabajo están confirmado de la influenza de nuevo modelo.

### **En caso de habitar con paciente**

En caso de no tener enfermedad crónica como asma o diabetes, etc. (※※)

No es necesario de tomar la medicina cuál previene el enfermo. Abstenganse de salir lo más que pueden. Están bien si no seponen enfermo dentro de 1 semana (period de incubación). Si enferman por sintoma de fiebre, tos y dolor de garganta dentro del periodo, llamen a médico de familia y consulten la necesidad de consulta o no.

Personas de tener enfermedad crónica como asma o diabetes, etc. (※※)

Hay un caso de le dar medicinas recetadas por la consideración de médico cuáles previenen el enfermo. Abstenganse de salir a fuera lo más que posible. No hay posibilidad cuál infección se ocurren por 100% si se pasa nada después de una semana (period de incubación). Consulten medico por teléfono si se necessitan consulta en caso de hay el sintomas como fiebre, tos o dolor de garganta.

Persona except mencionado arriba (quien tienen personas confirmado de la influenza de nuevo modelo en sus escuelas o lugares de trabajo.)

No es necesario de tomar las medicinas cuáles previenen el enfermo, aunque no hay posibilidad cuál infección no se ocurren por 100%. Y no es necesario de abstengarse de salir, pero personas quienes tienen la enfermedad crónica deban consultar a médico antes de salir. Hay un caso de le dar medicinas recetadas por la consideración de medico.

(※※) Personas tienen riesgo alto de su estado grave considerando paso de cración y estado de control de salud por el juicio de médico dentro de mujer encinta, niño, anciano, persona de enfermedad crónica así como enfermedad del aparato respiratorio, afección de corazón/metabolism (diabetes), impedido de función de riñón, y imperfect de afección de inmunidad (medicación de steroide a todo el cuerpo)

## Indicaciones de recuperación en sus casas

- Esperen su recuperación con reposo en sus casas siguiendo la instrucción de su medico. Cuiden a beber agua y tomar alimentación suficientemente. Especialmente es importante dar agua a los pequeños. Mientras los pequeños esperan en sus casas, comuniquen medico y reciban prescripción suyo, sip or casualidad que pequeños estarán mal. No abstenganse de salir cuando el síntoma mal de pequeños continua.
- Si hay un cuarto libre en sus casas, aisren su pequeño afeccionado de su familia lo más que posible.
- Hagan positivamente la ventilación de cuarto y mantengan cuarto con 50-60% de humedad por humectador, por ejemplo.
- Durante de reposo en sus casas, sepongan la mascarilla habitualmente para evitar la infección de virus.
- Selaven las manos de paciente y familia frecuentemente para prevención de la infección por contacto.
- Según la guía de Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar del Japón, la duración de reposo es desde el día siguiente de enfermo hasta 7 días después (o 2 días después de bajar fiebre.)

Dirección de contacto: *Hachioji Hokenjo*  
(Centro de Salud Pública de municipio de Hachioji)

TEL (042)645-5111 FAX (042)644-9100