

Sibiu, 31 ianuarie 2025

## Informare

### Măsuri de protecție în perioada epidemiei de gripă

În contextul anunțului Ministerul Sănătății, potrivit căruia se estimează o continuare a evoluției ascendente a epidemiei de gripă, vârful numărului infecțiilor respiratorii preconizându-se a fi atins în următoarele 2-4 săptămâni, este esențial să luăm măsuri pentru a ne proteja.

Începând de luni, va fi deschis și Centrul de Permanență din cadrul Spitalului Clinic Județean de Urgență Sibiu, unde pacienții cu simptome ușoare și moderate pot solicita consultații.

#### Totodată, pentru a reduce riscul de îmbolnăvire, vă recomandăm:

- Consultați medicul de familie sau centrele de permanență pentru simptome ușoare și moderate, pentru a evita aglomerările din Unitățile de Primiri Urgențe.
- Vaccinați-vă antigripal – vaccinul vă protejează de formele severe de boală.
- Spălați-vă frecvent pe mâini cu apă și săpun și folosiți dezinfectant.
- Evitați locurile aglomerate și purtați mască în spațiile închise.
- Aerisiți încăperile.
- Evitați automedicația.
- Consumați lichide suficiente și alimente bogate în vitamine.
- Protejați-i pe cei din jur dacă aveți simptome și luați imediat legătura cu un medic pentru a preveni răspândirea virusului și agravarea stării dumneavoastră.
- Documentați-vă din surse sigure (Ministerul Sănătății și Direcția de Sănătate Publică).

Dacă starea dumneavoastră se agravează (febră persistentă, dificultăți de respirație, stare de slăbiciune extremă), solicitați asistență medicală de urgență la 112 sau la cea mai apropiată unitate medicală.

**Dr. Daniel Chelcea**  
Manager

**Cristina Bălău**  
Purtător de cuvânt