



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

Apsaugos priemonės nuo užkrečiamųjų ligų

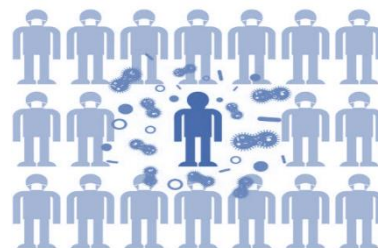
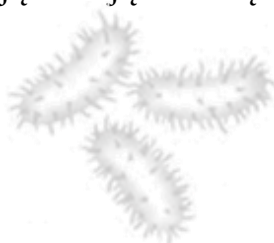


SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

Kas yra užkrečiamos ligos?

Tai užkrečiamųjų ligų sukėlėjų ir/ar jų toksinų sukeltos žmogaus ligos, kuriomis užsikrečiama nuo:

- žmonių
- gyvūnų,
- vabzdžių
- ar per aplinkos veiksnius.



Užkrečiamųjų ligų sukėlėjai

- Helmintai
- Grybeliai
- Bakterijos
- Virusai
- Kiti patogeniniai mikroorganizmai



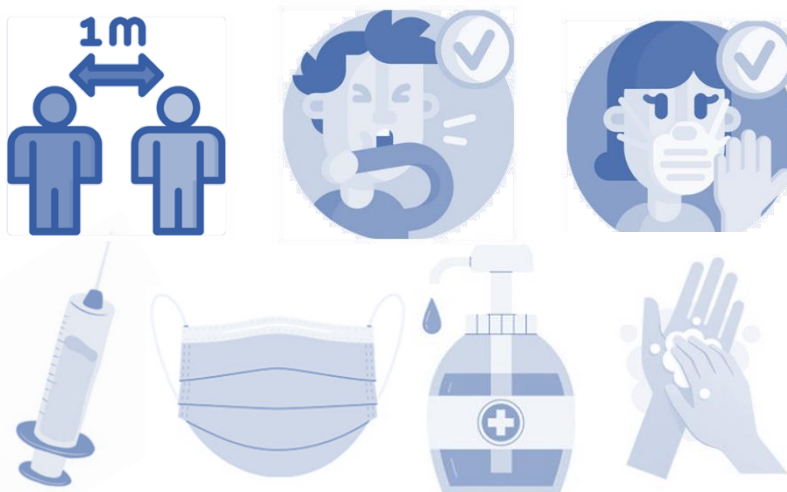
Per orą plintančios užkrečiamos ligos



- Per orą (oro-lašinis, kai kurių ligų atveju - dulkių) plitimo kelias būdingas užkrečiamosioms ligoms, kurių sukėlėjai dauginasi kvėpavimo takuose.
- Tokių ligų pavyzdžiai – gripas, COVID19, “peršalimo” ligos, gripas, kokliušas, vėjaraupiai, tymai, raudonukė, tuberkuliozė ir kt.
- Ligos sukėlėjai išsiskiria iš organizmo su seilėmis.

Kaip apsisaugoti nuo gripo ir peršalimo ligų?

- Laikykitės kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo,
- Išlaikyk saugų atstumą,
- Venk masinių susibūrimo vietų,
- Dėvėk kaukę,
- Dažnai ir kruopščiai plauk rankas,
- Nešvariomis rankomis neliesk veido,
- Vėdink patalpas,
- Dezinfekcinėmis priemonėmis, nuvalyk dažnai liečiamus paviršius,
- Nuo gripo ir COVID-19 yra skiepai.



Parengė visuomenės sveikatos specialistė Simona Gelžinienė pagal higienos instituto parengtą medžiagą, mob. +37062741643, el., paštas: simona.gelziniene@sveikatos-biuras.lt