

219

RÅD OCH ANVISNINGAR

för

förhindrande av influensasmittans spridning.

Sjukdomsalstrarens natur och förekomst.

Influensans smittämne är ännu ej med säkerhet känt. Av sjukdomens spridningssätt sluter man dock, att det förekommer i munnen, näsans och luftrörens slemhinnor samt deras utsöndringar. Saliven, näslemmet och upphostningarna äro alltså att betrakta som smittförande, likaså även föremål, som besudlats med dessa utsöndringar. Tarmuttömningarna kunna också misstänkas innehålla smittämnet.

Smittans inträdesportar.

Sjukdomsalstraren intränger med sannolikhet i organismen på samma väg, som den lämnar densamma, sålunda genom mun, näsa och luftrör för att där slå sig ned på slemhinnorna och föröka sig. Möjligen kan den med födan nedkomma i magen och tarmkanalen och orsaka diarré.

Isolering av den sjuke.

Den insjuknade är att anse som den viktigaste smittkällan och borde alltså strängt isoleras. Då sjukdomen nu är så allmänt utbredd, måste de flesta sjuka vårdas i sina hem. En fullständig isolering är där svår att genomföra, men man bör dock om möjligt låta den sjuke ligga i ensamt rum.

Råd till den sjuke.

Sprid ej smittan omkring i rummet genom oförsiktig hostning och nysning. Med en näsduk för munnen och näsan kan detta lätt undvikas.

Spotta ej på golvet utan använd särskilt kärl härför.

Då Ni börjat tillfriskna, lämna ej sängen för tidigt och återgå ej för snart till arbetet. Farliga följsjukdomar kunna eljest uppkomma. Dessutom kan Ni bidra att föra smittan vidare, ty sjukdomsalstraren försvinner ej alltid samtidigt med sjukdomens upphörande. Håll Er därför en tid stilla i Edert hem.

Råd till de friska.

Besök ej i onödan ställen, där många människor äro samlade. Där kan alltid finnas någon, som nyss varit sjuk och ännu är smittbärande. Friska kunna sannolikt även föra smittan med sig. Undvik besök i hem, där sjukdomen finnes.

Då Ni har en sjuk i Eder omedelbara närhet, var ytterst försiktig.

Gå ej utan trängande skäl in till den sjuke. Ligg om möjligt ej i samma rum som en sjuk. Alldeles förkastligt är, att en frisk ligger i samma säng som en sjuk.

Håll bostaden väl ren och vädra ofta.

Tvätta händer och ansikte flera gånger om dagen. Om Ni tagit i den sjuke, rengör då händerna särskilt omsorgsfullt. Berör ej dessförinnan med fingrarna näsa eller mun.

Glöm ej att tvätta händerna, innan Ni äter. Drink ej och ät ej ur samma kärl som andra, använd ej heller utan föregående rengöring kniv, gaffel eller sked, som andra brukat. Bär, frukter och grönsaker böra sköljas i rent vatten före förtäringen.

Borsta tänderna efter varje måltid och skölj munnen med ljumt vatten, försatt med litet koksalt eller något lämpligt munvatten.

Råd till dem, som vårda de sjuka.

Sjukvårdspersonal och övriga, som ha mera intim beröring med de sjuka, borde kunna använda sig av en skyddsmask av gas för näsa och mun. Ett annat enkelt medel att försvåra smittämnet inträngande i näsan är att stoppa en liten tunn bomullstapp i vardera näsborren. Den bör ej tagas för tjock, så att den hindrar andningen, och skall ombytas, så snart den blivit fuktig.

Stockholm den 16 oktober 1918.

KUNGL. MEDICINALSTYRELSEN.