



Republika e Kosovës

Republika Kosova-Republic of Kosovo

Qeveria -Vlada-Government

Ministra e Shëndetësisë-Ministarstva Zdravstva- Ministry of Health

**Situata epidemiologjike me gripin sezonal dhe
influncë sezonale dhe patogjenët tjerë respirator ,
Sezona 2024-2025 (java 42)**

Masat për parandalimin e përhapjes së virusit të gripit sezonal

Aktiviteti i gripit është në nivel mesatar krahasuar me sezonat paraprake dhe rekomandohet masat për parandalimin dhe kontrollin e infeksioneve respiratore si:

- Mbajtja e maskave.
- Distanca fizike.
- Higjiena e duarve.
- Të evitohen sa është e mundur kontaktet e afërta me individë të sëmurë.
- Personat e sëmurë të qëndrojnë në shtëpi në mënyrë që të parandalohet përhapja e sëmundjes.
- Të reduktohet numri i vizitave të familjarëve tek personat të hospitalizuar (SHSKUK, Spitalet rajonale).
- Të evitohen vendet e mbyllura dhe të mbingarkuara me njerëz.
- Ushqehuni shëndetshëm duke përdorë më shumë vitamina.
- Bëni aktivitet fizik dhe gjumë të mjaftueshëm.
- Pastroni dhe dezinfektoni mjediset ku qëndroni.
- Mbuloni hundën dhe gojën me një shami kur të teshtini dhe kolliteni dhe hidheni më pas në vend të sigurt.
- Lani duart shpesh me ujë dhe sapun, ose përdorni solucione duarsh me alkool.
- Mos prekni sytë, hundën dhe gojën me duar të kontaminuar, pasi virusi përhapet në këtë mënyrë.
- Pastroni dhe dezinfektoni sipërfaqet dhe objektet që mund të jenë kontaminuar nga virusi.

Konsultohuni me mjekun për mjekimin me barna kundër gripit, barnat merren vetëm me rekomandimin e mjekut

Medikamentet kundër gripit nuk kanë efekt parandalues, mund të përdoren vetëm nëse jeni të sëmurë me grip dhe të rekomanduara nga mjeku.

Medikamente kundër gripit duhet të fillohen brenda 48 orëve të para të fillimit të sëmundjes për të pasur efektivitet të lartë.

Medikamente kundër gripit mund ta bëjnë sëmundjen më të lehtë si dhe të shkurtojnë kohën e sëmundjes. Ato mund të parandalojnë edhe komplikimet e rënda që mund të vijnë nga gripit.

Masat parandaluese për përhapjen e virusit të gripit

Mënyra më efikase për parandalimin e virusit të gripit sezonal është Vaksinimi me vaksinën kundër gripit.

- Vaksinimi mbron vetë personin dhe ndihmon në parandalimin e përhapjes së gripit.
- Vaksinimi kundër gripit sezonal bëhet në muajt tetor–dhjetor.
- Efekti i vaksinës fillon 1 deri 2 javë pas marrjes dhe mbrojtja vazhdon rreth një vit pas vaksinimit.