

Til kommunens  
skoler, daginstitutioner og dagpleje

**Børn & Unge**  
Familie og Rådgivning - Sund-  
hedspleje

Sct. Mogens Gade 1  
DK-8800 Viborg

Tlf.: 87 87 87 87  
Fax.:

[www.viborg.dk](http://www.viborg.dk)

**Dato: 12. august 2009**

Sagsnr.: 2007/00349

Sagsbehandler: jfa

Direkte tlf.: 87 87 77 33

Direkte e-mail: [jfa@viborg.dk](mailto:jfa@viborg.dk)

## Influenza A(H1N1)v

### Orientering og forholdsregler

Siden slutningen af april 2009 har vi haft kendskab til en Influenza, som er forårsaget af en virus, der er noget forskellig fra de influenzavirus, som plejer at smitte os i vinterperioden.

Efter en influenzasygdom eller vaccination får kroppen en vis immunitet for eventuel gentagen sygdom, men når vi smittes med en ny type virus, har vi ingen immunitet herfor.

Derfor forventes, at mange kan blive smittet med Influenza A (H1N1)v – i Danmark måske op til 1/3 af befolkningen.

Som ved alle influenzasygdomme vil der være forskel på hvor syge, vi bliver. Nogle vil kun få let sygdom, andre kan blive sværere angrebet.

Det har givet anledning til forskrækkelse, at der i den første periode, hvor sygdommen rapporteredes i Mexico, især var svære tilfælde. Men det har siden vist sig, at sygdomsforløbene her i Europa overvejende har været mildere.

Det har også vist sig, at det overvejende er børn og yngre voksne, der får denne influenza, hvorimod ældre (over 55 år) synes at have en vis immunitet.

**Symptomerne** er som ved anden influenza: Pludselig opstået feber, luftvejssymptomer, muskelsmerter og hovedpine. Diaré og åndenød kan forekomme. Og som nævnt kan symptomerne have forskellige grader. Oftest svinder sygdommen af sig selv i løbet af 2-4 dage.

**Smitten** sker ved overførsel af virus fra person til person, især ved tæt kontakt f. eks. via dråber fra hoste og nys, men også ved direkte kontakt ved at sekret fra mund eller næse via hænderne bringes videre – og derfra til en anden persons mund, næse eller øjne.

**Forebyggelse af smittespredning** sker derfor ved at hoste og nyse ned i ærmet, ikke i hånden. Hyppig håndvask (grundig indgnidning af hænder med sæbe i mindst 15 sekunder inden afskylning) – også altid, hvis man har mistanke om sekret på hænderne.

Undgå at have unødigt kontakt med influenzasyge personer.

Hyppig udluftning af lokaler.

Jævnlig afvaskning af håndtag etc, som mange personer berører, kan måske have en effekt.

**Smittespredning** vil især ske inden for en husstand eller mellem personer, man har en husstands-lignende kontakt til. Og det vil jo absolut kunne ske i en skole, daginstitution eller dagpleje.

Vi regner med smitemulighed mellem personer, der har ansigt til ansigt-kontakt på under 1 meter i over 1 time). Det vil selvfølgelig kunne give anledning til fortolkninger.

Vi regner også med, at en influenzasyg person kan smitte fra dagen før sygdommen starter til 7 dage efter. Der går formentlig 1-3 døgn fra man er smittet, til man får symptomer

### **Forholdsregler**

Det er vigtigt at bevare roen og ikke piske en stemning præget af frygt op omkring den influenzaepidemi, som vi forventer kommer.

Problemet synes ikke at være sygdommens alvor, men det, at mange måske bliver syge, der kan give vanskeligheder både for den enkelte og for samfundet.

Sundhedsstyrelsen og Statens Seruminstitut følger nøje sygdomsudviklingen og giver retningslinier for, hvordan vi i dagligdagen skal håndtere situationen omkring influenzaen.

I de første måneder af epidemien blev syge og mulige syge holdt isolerede for at inddæmme smitten.

6. juli 2009 udsendte Sundhedsstyrelsen en ændret vejledning, **hvorefter man især har til hensigt at beskytte personer, der er i risiko for at få sværere symptomer, især på grund af anden kronisk sygdom (i "risikogruppe")**.

**Vi vil ikke kunne forhindre epidemien, og ser ikke noget faresignal i, at iøvrigt raske personer bliver smittede med influenza, selv om det er en ny type.**

Alligevel vil det være godt, at såvel den enkelte som institutioner gør, hvad man kan, for at bremse smittespredning. (Jo færre syge, jo mindre mulighed er der også for, at risikopersoner smittes).

**Bliver man syg**, må symptomernes sværhedsgrad – og om man tilhører en risikogruppe – være afgørende for, om man skal kontakte sin egen læge.

Hos i øvrigt raske personer anbefales ikke, at der gives den specielle medicin Tamiflu, som virker mod influenzavirus. Tamiflu gives til syge, der også er i en risikogruppe, og forebyggende til raske personer der både er i risikogruppe og som har haft tæt kontakt til en person, der med sikkerhed har influenza.

**Det er imidlertid vigtigt, at man bliver hjemme, fra man føler sig syg til 7 dage efter (influenzasyge må ikke gå på arbejde, komme i skole, daginstitution eller i dagpleje, og bør ikke deltage i fællesarrangementer).**

**Får man i skole, daginstitution eller dagpleje mistanke om, at et barn er sygt med feber, bør forældrene kontaktes med henblik på, at barnet kan blive hentet snarest muligt. Barnet bør indtil afhentningen ikke opholde sig tæt på de øvrige børn.**

Det vil være hensigtsmæssigt, hvis man orienterer arbejdsplads, skole, daginstitution eller dagpleje om influenzatilfælde, men **raske personer må gerne komme disse steder, selv om der f. eks. er syge personer hjemme.** Overhold imidlertid de givne råd om at forebygge smittespredning.

Personer i **risikogruppe** skal i særlig grad prøve at holde sig fra andre, som er syge af influenza, og ved sygdomsmistanke kontakte læge. Lægen vil fra svælget tage en prøve af sekret, som sendes til undersøgelse på et laboratorium, og man kommer i behandling med Tamiflu.

**I alle tvivlstilfælde skal man telefonisk kontakte sin egen læge** – også hvis man ikke er sikker på, om man tilhører en risikogruppe.

### **Risikogrupperne er**

#### **For børn under 15 år:**

Børn med kronisk lungesygdom, f.eks. ustabil, alvorlig astma eller cystisk fibrose. (Velbehandlet astma giver ikke øget risiko).

Børn med kronisk sygdom, der kan give nedsat vejtrækningskræfter (muskelsygdomme, multi-handicap).

Børn med kroniske blodsygdomme eller hjertesygdomme, der påvirker kredsløbet.

Børn med sygdomme eller medicinsk behandling, der medfører nedsat modstandskraft mod infektioner, herunder hiv-smittede.

Lav fødselsvægt afhængig af aktuel alder og følgesygdomme.

Eventuelt andre kroniske sygdomme efter en lægelig vurdering.  
Desuden er anbefalet øget opmærksomhed på børn under 2 år.

**For voksne:**

Personer, der går til behandling eller kontrol for kroniske lungesygdomme (herunder astma), hjerte-karsygdomme eller sukkersyge.

Personer med sygdomme eller medicinsk behandling, der medfører nedsat modstandskraft mod infektioner, herunder hiv-smittede.

Gravide

Eventuelt andre sygdomme efter en lægelig vurdering.

Yderligere informationer kan fås på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, [www.sst.dk](http://www.sst.dk), hvor der fra forsiden er direkte link til Influenza A(H1N1). Der er mange typer oplysninger – også link til Statens Seruminstitut, som f.eks. holder øje med antallet af influenzatilfælde i landet.

På hjemmesiderne vil også fremgå, hvis retningslinierne ændres.

**Vaccination:** Vaccine er under fremstilling, men formentlig først til brug i Danmark omkring 01.11.2009. Man forestiller sig foreløbig, at det er personer i risikogruppe, der skal vaccineres (men det er jo muligt, at en del allerede har overstået influenzaen inden da).

**Ved yderligere spørgsmål** kan undertegnede kontaktes – bedst på mail [jfa@viborg.dk](mailto:jfa@viborg.dk) eller ved behov tlf.23 45 66 10.

Jørgen Falk  
Kommunallæge for børn og unge