

## **Griepvirus 'Nieuwe Influenza A'**

Het griepvirus 'Nieuwe Influenza A', oftewel de Mexicaanse griep, is u vast bekend. Experts verwachten in het najaar een uitbraak van deze griep. Om verspreiding van het virus zo veel mogelijk tegen te gaan vragen wij uw aandacht voor het volgende:

### *Hoe verspreidt het virus zich?*

Het griepvirus verspreidt zich via de lucht door hoesten, niezen en praten. Vooral in ruimten waar mensen dicht bij elkaar zitten en waar slecht geventileerd wordt. Ook worden virussen overgedragen via handen en voorwerpen, zoals deurknoppen of toetsenborden. Uiteraard nemen wij maatregelen om de verspreiding zo veel mogelijk tegen te gaan.

Na besmetting duurt het gemiddeld twee tot vier dagen (maximaal zeven) voordat iemand ziek wordt. Griep is besmettelijk vanaf één dag vóór het begin van de ziekteverschijnselen tot zes dagen daarna. Niet iedereen die besmet is, wordt zelf ziek, maar zij kunnen wel anderen besmetten.

### *De belangrijkste symptomen van het Nieuwe Influenza A (H1N1):*

Snel opkomende koorts (38° Celsius en hoger)  
Rilligheid  
Spierpijn  
Droge hoest  
Hoofdpijn  
Neusverkoudheid  
Vermoeidheid

### *Wat te doen bij griepsymptomen?*

**Indien u griepsymptomen heeft vragen wij u uitdrukkelijk om uw afspraak in onze praktijk af te zeggen!**

Indien u vragen heeft kunt terecht bij uw fysiotherapeut.