



## LANDLÆKNISEMBÆTTIÐ

Sóttvarnalæknir

### Ráðleggingar til einstaklinga með influensulík einkenni

Þessar leiðbeiningar gilda eingöngu fyrir þá sem falla að eftirfarandi lýsingu:

**Einkenni:**

Hiti yfir 38°C og einkenni bráðrar öndunarférasýkingar

eða

Lungnabólga (alvarleg veikindi í öndunarfærum).

og

**Tengsl:**

Náin umgengni við staðfest tilfelli nýrrar influensu A(H1N1) veiru meðan viðkomandi var veikur

eða

Ferðalag til svæðis með viðvarandi smit manna á milli.

- Ef þú ert í vinnu eða á fjölmönnum stöðum þegar þú veikist, farðu heim.
- Hringdu í heilsugæsluna á þínu svæði og fáðu ráðleggingar.
- Ef þörf er á lækisrannsókn, fylgdu leiðbeiningum frá heilsugæslunni um hvernig henni verður háttað til að koma í veg fyrir að aðrir smitist.
- Taktu verkjastillandi eða hitalækkandi lyf í samræmi við leiðbeiningarnar sem fylgja með lyfinu. Börn undir 16 ára aldri mega ekki taka aspirín.
- Drekktu vel.
- Fylgstu vel með ráðleggingum sóttvarnalæknis í fjölmiðlum og á [www.influenza.is](http://www.influenza.is)



Sóttvarnir

Centre for Health Security and Infectious Disease Control