الإجراءات الواجب اتخاذها بالمنزل للحالات البسيطة من مرض الآنفلونزا

1. التواجد في غرفة منفصلة داخل المنزل لمدة 7 أيام من بدء ظهور الأعراض أو بعد 24 ساعة من اختفاء أعراض المرض.
2. رفع الوعى الصحى لدى المريض وأسرته عن المرض : الاعراض – العلامات الاكلينيكية – طرق العدوى – النظافة الشخصية.
3. تقليل عدد المخالطين بقدر الامكان من الاهل والزملاء والحفاظ على مسافة لا تقل عن متر عند التعامل مع المريض.
4. اتباع اساليب صحية عند الكحة او العطس وذلك عن طريق تغطية الفم والانف – التخلص من مخلفات المرضى.
5. غسل الايدى بالماء والصابون بإستمرار .
6. التيار الهوائى : إبقاء الهواء الطبيعى بطريقة غير مباشرة فى المنزل خاصة فى الغرفة المخصصة للمريض بفتح النوافذ وغلق الباب مع عدم استخدام المراوح .
7. النظافة المنزلية بالماء والصابون والمطهرات للأسطح والمكان المحيط بالمريض وبالأخص الأسطح ذات التلامس المشترك مثل (الطاولات – المقابض – سماعة التليفون – 0000 وغيرها).
8. استخدام المريض للأقنعة التنفسية عند التعامل مع اى شخص اخر (فترة 7 ايام من ظهور الأعراض او بعد 24 ساعة من اختفاء الأعراض) لتقليل انتشار العدوى واذا امكن استخدام الأقنعة (الماسك) للمخالطين له ايضا .

اذا حدث واحد أو أكثر من الآعراض الآتية:

- استمرار ارتفاع الحرارة لمدة تزيد عن 3 ايام .
- معاودة الحرارة للارتفاع بعد انخفاضها بعدة ايام .
- الاحساس بضيق او صعوبة فى التنفس حتى اثناء الراحة .
- آلام بالصدر .
- جفاف أو زرقة بالجلد .
- نهجان (فى الأطفال الأقل من خمسة أعوام) .
- بلغم مدمم .
- ضعف عام .
- تشنجات .
- تناقص كمية البول اليومية عن الطبيعى .
- تغير فى درجة الوعى (فقدان الوعى ، دوخة شديدة)

فان ذلك يدل على أن المريض بدأت حالته تتطور للأسوأ . وعند ذلك يجب أن تتوجه الحالة على الفور الى المستشفى للحصول على المشورة الطبية.