

Пташиний грип і ваше здоров'я

Відповіді на поширені запитання про полювання для людей, які займаються полюванням

Пташиний грип — це вірусна інфекція, яка легко передається від одного птаха до іншого. Цей вірус спричиняє розвиток тяжкого захворювання та масову загибель диких птахів у всьому світі, зокрема тут, у штаті Вашингтон.

Пташиний грип поширюється зі слиною, слизом і фекаліями інфікованих птахів. **Людина може інфікуватися, якщо вірус потрапить до організму через очі, ніс або рот чи в разі його вдихання.** Випадки інфікування людей пташиним грипом трапляються рідко й зазвичай пов'язані з тривалим контактом з інфікованими птахами без використання відповідних засобів індивідуального захисту (також званіх ЗІЗ).

Вірус пташиного грипу рідко спричиняє розвиток захворювання в людей, однак це можливо. Щоб захистити своє здоров'я, дотримуйтеся наведених нижче рекомендацій.

Перед полюванням

- Візьміть із собою все необхідне приладдя для безпечного розбирання дичини, зокрема:
 - гумові або одноразові рукавички;
 - респіратор N95 або маску для обличчя, що щільно прилягає;
 - засоби захисту очей (наприклад, захисні окуляри або окуляри-маску);
 - пляшку з розпилювачем, наповнену 10%-м розчином відбілювача (розчиніть 1 склянку відбілювача в 1 галоні (прибл. 3,8 л) води);
 - мило;
 - воду.



- Проконсультуйтеся зі своїм постачальником медичних послуг щодо вакцинації проти сезонного грипу. Особливо важливо, щоб вакцину проти сезонного грипу отримали люди, які можуть контактувати з хворими птахами. Хоча вакцина проти сезонного грипу не захищає від зараження пташиним грипом, вона зменшує ймовірність одночасного інфікування вірусами людського та пташиного грипу.

Під час полювання

- Не полюйте на диких птахів, які мають явні ознаки хвороби, а також не торкайтеся птахів, що померли.
- Не допускайте контакту собаки з хворими або мертвими дикими птахами, а також не дозволяйте їй їх поїдати.
- Розбирайте пернату дичину в добре провітрюваних місцях.
- Перед розбиранням туш птахів надягайте гумові або одноразові рукавички, респіратор N95 або маску, яка щільно прилягає до обличчя, а також засоби захисту очей.
- Не їжте, не пийте й не куріть під час розбирання дичини.
- Після завершення розбирання дичини негайно ретельно вимийте руки водою з милом.
- Очистьте обладнання, яке використовувалося для розбирання, 10%-м розчином відбілювача.

doh.wa.gov/avian-influenza



ДОН 420-482 May 2023 Ukrainian

Щоб отримати цей документ в іншому форматі, зателефонуйте за номером 1-800-525-0127. Клієнтів із глухотою або з ослабленим слухом просимо телефонувати за номером 711 (Washington Relay) або писати на адресу електронної пошти doh.information@doh.wa.gov.

Повернувшись додому

- Вимийте водою з милом усе взуття, обладнання та поверхні, які контактували з тушами птахів, а потім продезінфікуйте їх 10%-м розчином відбілювача. Виперіть у гарячій воді з пральним засобом увесь одяг, який контактував із тушами птахів, і висушіть його за високої температури.
- М'ясо будь-якої дичини слід добре просмажити, щоб його внутрішня температура сягала 165 °F (74 °C).
- Не годуйте собак та інших тварин сирым м'ясом або іншими частинами туші.
- Стежте за появою симптомів захворювання протягом 10 днів після останнього контакту з потенційно інфікованими птахами або забрудненими поверхнями чи обладнанням. Якщо ваше самопочуття погіршиться, зверніться до місцевого закладу охорони здоров'я та свого постачальника медичних послуг.
- Хатні тварини, які контактують із дикими птахами, зокрема мисливські собаки, можуть мати підвищений ризик зараження вірусом пташиного грипу. Якщо ваша хатня тварина захворіє, негайно зверніться по ветеринарну допомогу.

Які симптоми пташиного грипу можуть спостерігатися в людей?

До зареєстрованих ознак і симптомів інфікування людей вірусом пташиного грипу належать:

- висока температура чи відчуття гарячки / озноб;
- кашель;
- нежить або закладеність носа;
- сльозотеча, почервоніння або подразнення очей;
- чхання;
- біль у горлі;
- утруднене дихання;
- задишка;
- підвищена втомлюваність (зокрема, виражена втома);
- ломота в м'язах або тілі;
- головний біль;
- нудота;
- блювання;
- діарея (пронос);
- судоми;
- висип.

Що робити, якщо я відчуваю нездужання й міг (могла) заразитися вірусом пташиного грипу?

Зв'яжіться з місцевим департаментом охорони здоров'я та повідомте про контакт із птахами. Контактну інформацію місцевого департаменту охорони здоров'я можна знайти на сторінці

doh.wa.gov/about-us/washingtons-public-health-system/washington-state-local-health-jurisdictions

Ви також можете зателефонувати за номером 206-418-5500 і попросити надати контактну інформацію місцевого департаменту охорони здоров'я.

Якщо вам потрібна медична допомога, перед особистим візитом спочатку зателефонуйте своєму постачальнику медичних послуг і повідомте його про можливе інфікування вірусом пташиного грипу.

Ресурси для підтримки психічного здоров'я

Надзвичайні ситуації, пов'язані зі здоров'ям тварин, можуть спричинити стресовий розлад у мешканців постраждалих громад. Якщо ви помітили зміни у своєму емоційному стані чи мисленні або ситуація може становити загрозу для життя, негайно зверніться по екстрену допомогу, зателефонувавши за номером **911**. Якщо у вас депресія, ви маєте суїцидальні думки або вам просто потрібно з кимось поговорити, зверніться до однієї зі служб, наведених нижче.

Washington County Crisis Line (Телефонна лінія підтримки в кризових ситуаціях відповідного округу штату Вашингтон)

Якщо вам, вашому другу (подрузі) або члену сім'ї потрібна допомога, зателефонуйте на місцеву лінію підтримки в кризових ситуаціях свого округу. Лінія працює цілодобово, без вихідних, 365 днів на рік.

www.hca.wa.gov/health-care-services-supports/behavioral-health-recovery/mental-health-crisis-lines

Washington Listens

Washington Listens — це анонімна служба, що безоплатно надає підтримку всім жителям штату, які відчувають смуток, тривогу або стрес. **(1-833-681-0211)**

National Suicide Prevention Lifeline

Безкоштовна та конфіденційна допомога в кризових ситуаціях, доступна цілодобово та без вихідних для вас і ваших близьких. Зателефонуйте за номером **988** або **1-800-273-TALK (1-800-273-8255)**.

