

NOTA INFORMATIVA

1. Borrelioza este o boala infectioasa produsa prin intepatura de capuse avand ca agent etiologic o spirocheta.

De la inceputul anului 2025 pana in prezent, la nivelul jud. Olt, 184 persoane s-au prezentat in Serviciile Specializate ale S.J.U. Slatina (143) si Spitalului Municipal Caracal (41) cu intepaturi provocate de capuse.

In cadrul masurilor de prevenire a expunerii la capusa recomandam populatiei:

- Sa evite zonele cu iarba si arbusti, paduri, in care expunerea la capuse este foarte mare;
- In situatia in care exista acest risc de expunere, se recomanda purtarea unor haine deschise la culoare, pentru a face cat mai usor vizibile insectele, inclusiv capusele;
- Se recomanda aplicare de spray-uri impotriva insectelor;
- Se recomanda verificarea atenta a hainelor, bagajelor si a corpului, la intoarcerea din drumetii;
- Se recomanda verificarea si protejarea si a animalelor de companie cu produse recomandate de medicul veterinar, impotriva insectelor, inclusiv a capuselor.

Cresterea numarului de imbolnaviri transmise prin capuse este favorizata de schimbarile climatice (fluctuatii de temperatura, precipitatii abundente) si vegetatie.

2. Avand in vedere attentionarile meteorologice privind cresterea temperaturilor, disconfortul termic ridicat, Directia de Sanatate Publica Olt recomanda populatiei urmatoarele masuri pentru prevenirea incidentelor:

- Evitați, pe cât posibil, expunerea prelungită la soare între orele 11 – 18 (recomandam tuturor persoanelor varstnice, persoanelor cu afectiuni cronice, indiferent de varsta, copiilor sa evite iesirea pe perioada de canicula, doar daca situatia o impune);
- Purtați pălării de soare, haine lejere și ample, din fibre naturale, de culori deschise;
- Pe parcursul zilei faceți dușuri calde, fără a vă șterge de apă;
- Beți zilnic între 1,5 – 2 litri de lichide, fără a aștepta să apară senzația de sete. În perioadele de caniculă se recomandă consumul unui pahar de apă la fiecare 15 – 20 de minute.
- Consumați fructe și legume proaspete (pepene galben, roșu, prune, castraveți, roșii) deoarece acestea conțin o mare cantitate de apă; o doză de iaurt produce aceeași hidratare ca și un pahar de apă;
- Nu consumați alcool deoarece acesta favorizează deshidratarea și diminuează capacitatea de luptă a organismului împotriva căldurii;
- Evitați băuturile cu conținut ridicat de cofeina (cafea, ceai, cola) sau de zahăr (sucuri racoritoare carbogazoase) deoarece acestea sunt diuretice;
- Evitați activitățile în exterior care necesită un consum mare de energie (sport, gradinarit, etc).