



**Znacznie wzrosła liczba zachorowań na grypę - informuje Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Toruniu, apelując o ostrożność i zachowanie zasad bezpieczeństwa.**

Według danych, liczba zachorowań na grypę i zachorowania grypopodobne na terenie powiatu toruńskiego w tygodniu 8-15 grudnia 2022 r. wyniosła 4458 osób. To ponaddwukrotny wzrost w porównaniu z tygodniem 1-7 grudnia 2022 r., kiedy odnotowano 1905 zachorowań.

Aby zapobiec grypie, stosuj zasady bezpieczeństwa:

- zakrywaj nos i usta podczas kichania i kaszlu,
- jeśli źle się czujesz, zostań w domu i unikaj kontaktu z innymi ludźmi,
- regularnie i dokładnie myj ręce,
- unikaj tłumów,
- zachowaj dystans od innych osób,
- w miejscach publicznych noś maseczkę.

Grypa przenosi się drogą kropelkową podczas mówienia, kaszlu, wydmuchiwania nosa oraz przez bezpośredni kontakt ze świeżą wydzieliną z dróg oddechowych. Okres inkubacji wynosi 1-4 dni.

Objawy grypy bywają niecharakterystyczne. Najczęściej pojawiają się nagle i obejmują:

- gorączkę (powyżej 38 °C),
  - dreszcze,
  - bóle mięśniowo-stawowe,
  - bóle głowy (najczęściej okolicy czołowej i zagałkowy),
  - uczucie rozbicia, osłabienia,
  - złe samopoczucie,
  - kaszel,
  - ból gardła,
  - katar.
- 
- [Powrót](#)
  - [Udostępnij na: X](#)
  - [Udostępnij na: FB](#)
  - [Drukuj](#)
  - [PDF](#)