

Griep A/H1N1 : voorzorgsmaatregelen 14/05/2009

Ingevolge de verspreiding van het H1N1 virus, nieuwe variant die verantwoordelijk is voor de influenza A/H1N1, is het tijdens elke reis aangewezen:

- de fundamentele hygiëne te eerbiedigen: was regelmatig en grondig de handen
- vermijd elk contact met besmette personen
- volg de aanbevelingen op van de lokale gezondheidsdiensten
- raadpleeg een arts indien u griepverschijnselen heeft

Voor alle reizen wordt stellig aangeraden zich inlichtingen in te winnen met betrekking tot de risicogebieden en de voorzorgsmaatregelen voor en tijdens het verblijf. De reiziger dient zich bewust te zijn van de risico's verbonden aan de verspreiding van dit virus.

Indien u binnen de 7 dagen na een reis griepverschijnselen vertoont, verwittig dan onmiddellijk uw arts en stel hem op de hoogte van uw reis. De griepsymptomen kunnen zijn:

- koorts
- ademhalingsymptomen zoals hoesten of een lopende neus
- keelpijn
- mogelijke andere symptomen zoals: spierpijn of gewrichtspijn, hoofdpijn, rillingen, vermoeidheid, overgeven of diarree (niet typisch voor influenza maar werd gemeld in sommige recente gevallen van besmetting met nieuwe influenza A/H1N1).

Meer informatie vindt u op www.influenza.be en op <http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

De situatie in Japan kunt u onder andere volgen via de websites van Engelstalige Japanse kranten zoals «[The Daily Yomiuri](#)» of de «[The Japan Times](#)». Het «[Himawari, Health and Medical Information Center](#)» van Tokyo Metropolitan Government geeft advies in het Engels aan bewoners van Tokio op het telefoonnummer 03-5285-8181 (iedere dag 09.00-20.00 uur, ook tijdens weekends en feestdagen). Voor informatie in het Japans over door de Japanse overheid te nemen en geadviseerde maatregelen, is de website van het Japanse Ministerie van Gezondheidszorg, Werkgelegenheid en Welzijn op www.mhlw.go.jp het aangewezen adres.

Belgen die in andere streken van Japan verblijven, raden we aan contact op te nemen met het gemeentehuis van uw plaats van verblijf of het lokale gezondheidscentrum ("hokenjo")(enkel Japans).

De telefoonnummers die geopend zijn voor buitenlandse inwoners van Osaka en Kobe, de streken die momenteel het ergst getroffen zijn door het griepvirus zijn:

Osaka:

Tel prefectuur: 06-6943-8530 (09:00-17:45)

Tel Stad (Osaka International House): 06-6773-6533

Stad Kobe:

080-6115-9901 (09:00-17:00)

Suite à la propagation du virus H1N1 - nouvelle souche, responsable de la grippe A/H1N1, il est conseillé lors de tout voyage de:

- respecter les règles d'hygiène de base : par exemple se laver régulièrement et soigneusement les mains
- éviter tout contact avec des personnes contaminées
- suivre les recommandations des autorités sanitaires locales
- consulter un médecin si vous présentez les symptômes d'une grippe

Il est dans tous les cas vivement conseillé de se renseigner avant et pendant son séjour sur les zones à risque et les précautions à respecter. Le voyageur doit se rendre compte des risques liés à la propagation de ce virus.

Si vous présentez dans les 7 jours de votre retour de voyage des symptômes d'une grippe, prévenez immédiatement votre médecin en le mettant au courant de votre voyage. Les symptômes peuvent être:

- Fièvre
- Symptômes respiratoires comme la toux ou le nez qui coule
- Mal de gorge
- D'autres symptômes sont également possibles: courbatures et/ou douleurs articulaires, mal de tête, frissons, fatigue, vomissement et/diarrhée (ces derniers symptômes ne sont pas typiques de la grippe mais ont été rapportés dans des cas récents de contamination par le nouveau virus H1N1).

D'autres informations sur www.influenza.be et sur <http://www.who.int/csr/disease/swineflu/en/index.html>

Vous pouvez suivre la situation au Japon sur les sites web des journaux japonais en anglais, tels que «[The Daily Yomiuri](#)» ou «[The Japan Times](#)».

Le «[Himawari, Health and Medical Information Center](#)» du Tokyo Metropolitan Government offre tous les jours des conseils en anglais aux résidents de Tokyo au no. de téléphone 03-5285-8181 (09:00-20:00, aussi pendant les weekends et jours fériés).

Des informations mises-à-jour sur les avis donnés et les mesures pris par le gouvernement japonais en la matière sont disponibles au site web du Ministère de Santé, Travail et de l'Aide Sociale www.mhlw.go.jp.

Il est conseillé aux Belges résidant dans des autres régions du Japon de contacter la mairie ou le bureau de prévention sanitaire de leur arrondissement ou localité de séjour (hokenjo)(seulement en japonais). Les résidents étrangers d'Osaka et Kobe, les régions actuellement les plus affectées par la grippe A-H1N1 peuvent contacter les lignes suivantes en anglais:

Osaka

Tél préfecture: 06-6943-8530 (09:00-17:45)

Tél ville d'Osaka (Osaka International House): 06-6773-6533

Ville de Kobe: 080-6115-9901 (09:00-17:00)