

De Mexicaanse griep

Je hebt vast wel iets gehoord over de Mexicaanse griep. Maar weet je ook hoe je er ziek van kan worden? En wat je kan doen om niet ziek te worden?

Snot en spuug

Iedereen heeft wel eens griep. Je krijgt griep door een virus. Dit virus zit in druppeltjes snot of spuug. Een virus wordt doorgegeven van de ene persoon op de andere. Dat is ook zo bij de Mexicaanse griep. Iemand die ziek is, kan makkelijk iemand anders ziek maken. Want ongemerkt zit er zo een heel klein druppeltje snot of spuug op je handen. Als dat in je neus of in je mond komt, kun je ziek worden.

Wanneer heb ik de Mexicaanse griep?

Heb je koorts, koude rillingen, hoofdpijn en keelpijn? Dan heb je misschien de Mexicaanse griep. Je kunt er niet veel aan doen. Lekker in bed blijven en veel slapen. Je hoeft niet meteen de dokter te bellen. Alleen als je zwanger bent of al een andere ziekte hebt, moet je de dokter bellen.

Wat kan ik doen om niet ziek te worden?

Iedereen kan de Mexicaanse griep krijgen. Je kunt de kans dat je griep krijgt een beetje verkleinen. Door je handen vaak te wassen met water en zeep. En je neus en je mond niet te veel aan te raken. En als je iemand kent die de griep heeft, ga dan niet op bezoek. Of alleen heel kort, en was goed je handen na het bezoek.

Iedereen ziek?

Heel veel mensen met de Mexicaanse griep. Dat is lastig! Want als iedereen ziek is, kan niemand werken. En dan kunnen winkels niet open, rijden de treinen en bussen niet meer... Daarom heeft de regering voor iedereen inentingen gekocht. Eén prikje hiervan en je wordt niet ziek. Binnenkort zullen de eerste mensen een inenting krijgen.

Stelling: Ik ben bang voor de Mexicaanse griep.

Orhan Demirhan, 18 jaar

“Ik ben niet bang voor de Mexicaanse griep. Ik was altijd mijn handen als ik thuis kom. Ik bijt geen nagels, dus ik zit niet steeds met mijn vingers in mijn mond. En neuspeuteren is vies, dus dat doe ik ook niet. Daardoor is de kans al kleiner dat ik ziek wordt. Maar als ik toch de Mexicaanse griep krijg, blijf ik thuis in bed. Ik zou veel fruit en andere gezonde dingen eten. Ik zou dan niet naar school gaan, anders krijgen andere mensen het ook.”

Jaimie van Mildert, 20 jaar

‘Ik ben niet bang voor de Mexicaanse griep. Je krijgt het of je krijgt het niet. Daar kun je niet zo veel aan doen. Alleen goed je handen wassen. Maar je moet het niet overdrijven. Ik zou niet met een mondkapje op naar school gaan. En ik zou er niet een vakantie voor afzeggen, ook al is er in andere landen ook de Mexicaanse griep. Ik vind het goed dat er veel aandacht voor is op tv. Dan weet je wat je moet doen om niet ziek te worden.’”