**Scrisoare de informare a lucrătorilor migranți în legătură cu rujeola**

Stimate cititor/stimată cititoare,

Primiți această scrisoare deoarece lucrați și locuiți temporar în Olanda. Există focare de rujeolă în multe țări din Europa de Est. Și în Țările de Jos crește numărul cazurilor de rujeolă. Această scrisoare conține mai multe informații despre rujeolă. Tot de aici veți afla ce puteți face pentru a vă proteja pe dumneavoastră și pe ceilalți de rujeolă.

**Ce este rujeola?**

Rujeola este o boală punctiformă contagioasă cauzată de un virus. Boala debutează cu febră, apatie, răceală (rinoree) și tuse.  După 3 până la 7 zile, apar pete roșii pe piele. Mai întâi în spatele urechilor, apoi pe tot corpul. Persoanele bolnave de rujeolă fac uneori și otită sau pneumonie.

**Cum se îmbolnăvește cineva de rujeolă?**

Virusul se găsește în nasul și gâtul unei persoane cu rujeolă. Atunci când o persoană bolnavă de rujeolă tușește sau strănută, se eliberează în aer mici particule care conțin virusul. Alte persoane pot inhala aceste particule și astfel pot contracta și ele rujeola. Virusul rujeolei este foarte contagios. O persoană cu rujeolă este contagioasă începând cu patru zile înainte de apariția petelor și până la patru zile după apariția acestora. Perioada dintre momentul infectării și cel al îmbolnăvirii este de 7 până la 14 zile.

Mai multe informații despre rujeolă: [rivm.nl.mazelen](https://www.rivm.nl/mazelen).

**Cum mă protejez pe mine și pe alte persoane de rujeolă?**

Sunteți protejat(ă) împotriva rujeolei dacă ați avut deja rujeolă sau dacă ați fost vaccinat(ă) împotriva rujeolei. Încă nu ați avut rujeolă sau nu ați fost vaccinat(ă)? Atunci nu sunteți protejat(ă) împotriva rujeolei. În acest caz puteți să contractați boala și să infectați alte persoane. Vă puteți proteja pe dumneavoastră și pe alte persoane prin vaccinare. În Țările de Jos, vaccinarea împotriva rujeolei include și protecția împotriva oreionului și a rubeolei. Acest vaccin este sigur. După vaccin, este posibil să simțiți o durere în braț și dureri musculare. De asemenea, este posibil să aveți puțină febră. Femeile însărcinate nu pot fi vaccinate.

**Cum pot obține un vaccin împotriva rujeolei?**

Există mai multe modalități de a vă vaccina împotriva rujeolei:

* Vă puteți programa pentru vaccinare prin intermediul GGD. Această vaccinare presupune anumite costuri. Pentru mai multe informații, accesați [vaccinatiesopmaat.nl](https://www.vaccinatiesopmaat.nl/vaccinatie/bof-mazelen-rode-hond-bmr).
* Prin intermediul medicului dumneavoastră de familie. Vaccinarea presupune anumite costuri. Consultația la medicul de familie este gratuită.
* Prin intermediul angajatorului dumneavoastră. Angajatorul poate organiza vaccinarea dumneavoastră prin intermediul serviciului de sănătate și securitate la locul de muncă. Întrebați-vă angajatorul dacă este posibil acest lucru.

**Aveți întrebări despre rujeolă?**

Informații generale: [www.rivm.nl/mazelen](http://www.rivm.nl/mazelen)

Numărul de telefon al GGD: [..]

Sperăm că prin această scrisoare v-am oferit informații suficiente.