

## Sinais e sintomas

### Meningite:

- febre
- dores de cabeça intensas
- vômitos
- o pescoço rígido
- desconforto com luzes intensas
- erupção cutânea
- confusão, delírio
- sonolência intensa, perda dos sentidos
- convulsões

### Septicemia:

- febre e calafrios
- vômitos
- dores intensas nos membros e articulações
- as mãos e os pés muito frios
- a pele pálida ou com manchas
- respiração acelerada
- diarreia e dores no estômago
- uma erupção cutânea vermelha ou roxa tipo «petéquias» ou com manchas, com pontos que não desaparecem sob pressão – faz o teste do copo no verso. Na pele escura, verifica a parte de dentro das pálpebras ou o céu da boca, onde os pontos podem ser mais visíveis.
- dificuldade em caminhar ou ficar de pé
- sonolência intensa, perda dos sentidos

**Estes sintomas não surgem todos em todas as pessoas – podem surgir em qualquer ordem e combinados entre as duas doenças. É importante procurar aconselhamento médico numa fase precoce se tu, ou uma pessoa tua amiga, tiverem sintomas que causem preocupação ou uma condição que esteja a piorar rapidamente.**

**Certifica-te de que tu, a tua família e amigos cuidam uns dos outros, e que alguém saiba se estiveres doente, para te poderem ajudar. Isto poderá salvar-te a vida!**

### Para mais informação, contactar:

#### Meningitis Research Foundation

Linha gratuita 0808 80 03 344

[www.meningitis.org](http://www.meningitis.org)

#### Meningitis Now

Linha aberta 24 horas por dia

0808 80 10 388

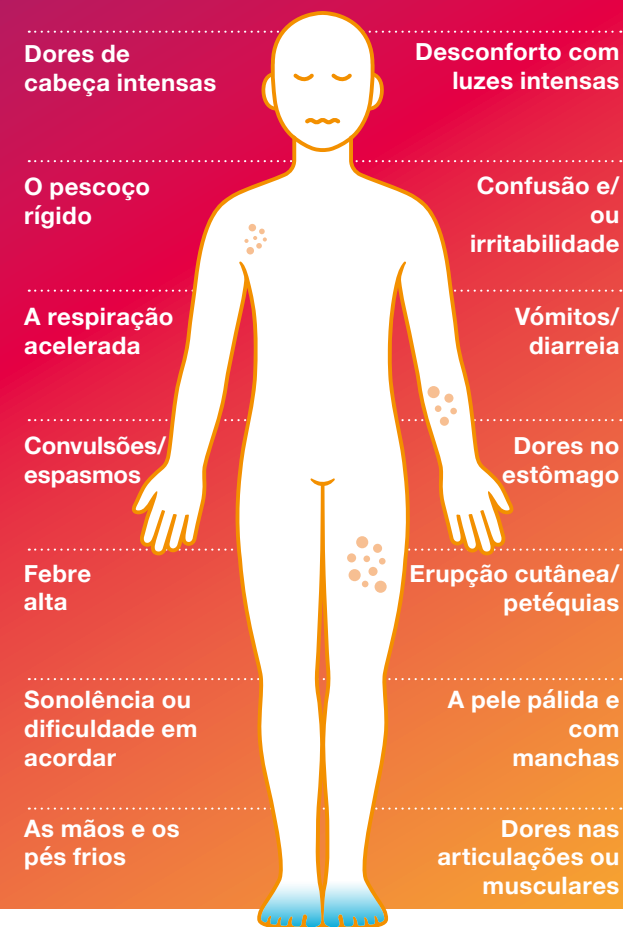
[www.meningitisnow.org](http://www.meningitisnow.org)

#### Ligações úteis:

- [www.nhs.uk/conditions/meningitis](http://www.nhs.uk/conditions/meningitis)
- [www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)
- [www.nhs.uk/conditions/vaccinations/men-acwy-vaccine](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/men-acwy-vaccine)

# Meningite e septicemia

Não ignores os sinais



## Está atento(a), está preparado(a)

A meningite meningocócica (inflamação das membranas do cérebro e da coluna espinal) e a septicemia (envenenamento do sangue) são doenças raras mas graves que podem matar ou deixar as pessoas com incapacidades e problemas de saúde graves para o resto da vida. Tanto a meningite como a septicemia podem causar a sépsis.

**Os adolescentes, e especialmente os estudantes universitários, têm um nível de risco mais elevado.** Contudo, podes proteger-te contra quatro tipos de doença meningocócica ao receberes a tua vacina MenACWY gratuita.

## Protege-te com a vacina MenACWY

A vacina MenACWY já terá sido disponibilizada na escola à maior parte dos adolescentes e jovens adultos no Reino Unido nascidos desde 1996, mas estes continuam a ser elegíveis para a receber até ao seu 25.º aniversário. Os alunos oriundos do estrangeiro a entrar numa universidade do Reino Unido pela primeira vez que ainda não tenham recebido a vacina MenACWY também são elegíveis para a receber até ao seu 25.º aniversário. Se pertences a um destes dois grupos e ainda não tiveres recebido a vacina, marca já uma consulta no posto do teu médico de família (GP). Em caso de dúvidas, consulta o posto do teu médico de família (GP).

A vacina MenACWY é extremamente eficaz a prevenir a doença meningocócica e a septicemia causada pela meningite A, meningite C, meningite W e meningite Y.

Contudo, lembra-te de que esta vacina **não previne todas as formas de meningite e septicemia**. Por conseguinte, é importante que estejas atento(a) aos sinais e sintomas.



**Se conheceres uma pessoa que esteja doente, contacta-a regularmente, porque poderás salvar-lhe a vida.**



**Conhece os sinais e sintomas da meningite e septicemia**



### O teste do copo

Aplica pressão com o lado de um copo de vidro contra a erupção cutânea, para ver se desaparece sob pressão. Se não desaparecer, procura imediatamente assistência médica. Se te sentires extremamente doente, procura assistência de qualquer modo, mesmo que a erupção cutânea desapareça ou não apareça de todo.

## Quais são os sinais e sintomas?

Muitos dos sinais precoces – vômitos, febre, dores, cansaço generalizado e dores de cabeça – são também sinais de doenças menos graves, como constipações ou gripe. Contudo, uma pessoa com meningite ou septicemia fica, normalmente, gravemente doente dentro de algumas horas.

É por isso que é extremamente importante maneres-te em contacto com alguém que saibas que esteja doente, para ver se a sua condição se está a deteriorar rapidamente, e que estejas atento(a) aos sinais e sintomas. Procura assistência médica urgente se estiveres preocupado(a) com o seu, ou o teu, estado de saúde.

Também é importante que estejas atento(a) às mãos e pés frios, dores intensas nos membros e pele pálida ou manchada, porque estes sintomas costumam surgir numa fase precoce da doença. Os sintomas como uma erupção cutânea que não desaparece (faz o teste do copo indicado ao lado), confusão e delírio, ou sonolência extrema com dificuldade em acordar, poderão ser extremamente graves.

## Como é que a meningite se transmite?

As bactérias que causam estas doenças transmitem-se normalmente mediante contacto próximo ou prolongado. A maior parte dos casos ocorre individualmente mas, por vezes, há surtos em escolas ou em locais onde as pessoas partilham uma habitação, como nas residências universitárias.

**Recebe a tua vacina MenACWY no posto do teu médico de família (GP). Em certas áreas, poderá estar disponível na tua farmácia.**