

В Республике Алтай регистрируется резкий подъем заболеваемости ОРВИ и гриппа.

На прошедшей неделе в Республике Алтай практически в три раза возросло число обращений за медицинской помощью по поводу признаков ОРВИ, среди детей заболеваемость выросла почти в пять раз. По результатам лабораторных исследований материалов от заболевших выявлено 27 случаев гриппа А (H3N2). Это значит, что кроме респираторных инфекций, коронавируса, в Республике Алтай начал распространяться грипп и жителям нужно иметь настороженность еще и к этой инфекции.

По причине заболеваемости ОРВИ на неделю приостановлена деятельность 50 школ региона.

Учитывая эпидситуацию по гриппу и ОРВИ главным государственным санитарным врачом Республики Алтай 16 ноября принято постановление № 83 «Об усилении мер по недопущению распространения гриппа в условиях сезонного подъема острых респираторных инфекций на территории Республики Алтай».

В соответствии с документом в регионе должны быть приняты меры для предупреждения развития эпидемии гриппа. Главам муниципальных образований рекомендовано обеспечить взаимодействие всех служб по вопросам предупреждения распространения заболеваемости; взять под личный контроль тепло-и энергообеспечение объектов социальной сферы, обеспечить беспрепятственное прохождение машин скорой медицинской помощи до адресатов, предусмотреть дополнительный транспорт для обеспечения работы скорой медицинской помощи.

В дошкольных и образовательных учреждениях должны быть введены дополнительные меры контроля соблюдения теплового режима в помещениях, здоровья детей и строгое соблюдение противоэпидемического режима.

Переход на усиленный дезинфекционный и противоэпидемический режим рекомендован во всех предприятиях и учреждениях региона.

Рекомендовано приостановить проведение всех массовых зрелищных, спортивных и культурных мероприятий в закрытых помещениях, в первую очередь с участием детей.

Грипп или коронавирус? Как отличить?

Явных отличий гриппа и коронавируса нет. Поставить диагноз может только врач и только после проведения лабораторных исследований.

Основным отличием коронавируса от гриппа и ОРВИ является более короткий инкубационный период у гриппа - 1–4 суток. В среднем их инкубационный период составляет 2–3 дня. Коронавирус размножается в организме больше времени. Его инкубационный период может достигать до 14 дней. Выраженные симптомы у большинства пациентов заметны уже на 5 день, но могут появиться значительно позже. Разница между простудными заболеваниями и коронавирусом в лёгкой форме незначительна, но грипп чаще сопровождается более высокой температурой от 38 градусов. Она поднимается внезапно, и больной не может точно определить, когда наступила лихорадка;

- коронавирусная инфекция всегда сопровождается сухим изнурительным кашлем, так как инфекция поражает дыхательные органы. Грипп также сопровождается кашлем, а ОРВИ чаще всего вызывает не сухой, а кашель с мокротой;
- упадок сил наблюдается при всех вирусных заболеваниях. Однако при ОРВИ слабость не всегда отмечается человеком, но для всех характерна ломота в мышцах и суставах;
- Грипп и респираторные инфекции в отличие от коронавируса довольно часто провоцируют слизистые выделения из носовых проходов.

В любом случае, при наличии признаков ОРВИ, необходимо обращаться за медицинской помощью, не ходить на работу, не водить ребенка в сад и не отправлять в учебное заведение.

Лучшая защита от гриппа – вакцинация!

Риск заражения гриппом после прививки остается, но существенно снижается. Организация Здравоохранения постоянно исследует перемещение вирусов по всему миру и на основании этих исследований дает рекомендации производителям вакцин. Даже если прогноз не оправдался на 100%, вакцина все равно действует, так как вырабатываемые антитела обладают способностью справляться не только с определенным подтипом вируса, но и с близкородственными вариантами.

В среднем, прививка обеспечивает защиту на 80-90% и почти полностью предотвращает тяжелое течение и летальные исходы. Поэтому в случае с гриппом наличие прививки очень важно. Особенно сейчас, когда высок риск микст-инфицирования, наложения гриппа на коронавирус.

Можно ли делать прививку в период эпидемии?

Если по каким-либо причинам вакцинация не была проведена вовремя, то ее можно сделать и после начала эпидемии, причем использовать можно только вакцины с неживыми вирусами. Однако, если прививка была сделана тогда, когда человек уже был инфицирован вирусом гриппа, но клинических проявлений еще не было, то вакцинация не предотвратит это заболевание, но снизит вероятность инфицирования другим вариантом гриппа в последующие месяцы сезона.

К настоящему времени в республике от гриппа привито 47 % населения, это мало для того, чтобы создать коллективный иммунитет, поэтому риск заболеть гриппом высокий. Тем, кто не поставил прививку, рекомендуем сделать это в кратчайшие сроки.

Меры профилактики заболевания гриппа, ОРВИ, коронавируса и внебольничной пневмонии одинаковы

- по возможности избегайте контакта с больными людьми, используйте маску для защиты органов дыхания, воздержитесь от посещения мест с большим скоплением людей.

- Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Используйте средства для обработки рук на основе спирта.

- Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания, а не руками.

- Соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

- Питайтесь правильно. Полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты) позволяет укреплять иммунитет и противостоять вирусам.

- Ведите здоровый образ жизни: занимайтесь физкультурой, гуляйте на свежем воздухе.

- По назначению врача возможен прием иммуномодулирующих препаратов.

По вопросам профилактики гриппа, ОРВИ, коронавируса консультацию можно получить в отделе эпидемиологического надзора Управления Роспотребнадзора по Республике Алтай по телефону: 64-3-79.