

Эпидемиологическая ситуация по заболеваемости ОРВИ и гриппом в Республике Алтай сохраняется напряженной. Уровень эпидемиологического порога превышен в два раза. За неделю зарегистрировано 3546 обращений граждан за медицинской помощью с признаками ОРВИ и гриппа. Среди заболевших 2545 детей до 14 лет. По сравнению с предыдущей неделей наблюдается снижение заболеваемости по совокупному населению на 18 %.

По результатам лабораторных исследований материалов от заболевших в сезоне 2021 года выявлено 36 случаев гриппа А (H3N2). За неделю исследовано более 500 материалов от заболевших.

Грипп – серьёзная инфекция, опасность которой - осложнения

Осложнения гриппа могут развиваться даже у здорового человека, но особенно вероятны у людей из групп риска. Присоединение вторичной инфекции, например развитие пневмонии, отита, синусита требует немедленного назначения дополнительного лечения и врачебного контроля, что невозможно сделать самостоятельно.

Провести дифференциальную диагностику гриппа, других вирусных инфекций и неинфекционных заболеваний, определить тяжесть течения болезни и необходимый объём медицинской помощи может только врач. Есть множество болезней, клиническая картина которых схожа, но лечение требуется абсолютно разное.

Лечиться самостоятельно, а к врачу обратиться только если стало совсем плохо -

плохая практика. При таком подходе велика вероятность более тяжёлого, длительного лечения и восстановления после болезни. А грипп опасен именно своими осложнениями.

Грипп можно лечить дома

Грипп, как и другие ОРВИ в большинстве случаев лечится в домашних условиях. Особое внимание уделяется младенцам, беременным женщинам, людям с хроническими заболеваниями, онкологическим больным, пожилым людям. Они чаще подвержены осложнениям и нуждаются в госпитализации. Если вы входите в группу риска - не начинайте лечение без согласования с лечащим врачом.

Если вы чувствуете симптомы вирусной инфекции, держится температура, с которой сложно справиться - обратитесь к врачу, не экспериментируйте с самостоятельным лечением.

Напоминаем, что в связи с напряженной обстановкой по ОРВИ в Республике Алтай 16 ноября 2021 года принято постановление главного государственного санитарного врача Республики Алтай № 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. В частности, главам муниципальных образований рекомендовано обеспечить взаимодействие всех служб по вопросам; 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.

Если по каким-либо причинам вы не прошли вакцинацию от гриппа в сентябре и ноябре, 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 104,6 тысяч жителей или 47,5 % всего населения. Это мало для создания коллективного иммунитета, поэтому риск заболеть гриппом высокий.

Для того, чтобы не заболеть:

- 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, 6-46-50.