

Анализ заболеваемости ОРВИ и гриппом в Республике Алтай по итогам первой недели нового года показал ее снижение на 1,75 % по совокупному населению. Среди детей отмечено снижение на 50 % по сравнению с предыдущей неделей. Всего за неделю с 3 по 10 января 2022 года в регионе зарегистрировано 393 обращения за медицинской помощью в связи с признаками ОРВИ и гриппа, в том числе 149 – среди детей до 14 лет. Госпитализированы 22 человека, в том числе 12 взрослых и 10 детей.

Заболеваемость ОРВИ находится на уровне эпидемиологического порога. Больше всего заболевших ОРВИ в столице региона – г. Горно-Алтайске. Здесь за неделю заболели 143 человека, в том числе 74 ребенка.

За неделю проведены исследования 117 носоглоточных смывов от заболевших ОРВИ на грипп, случаев гриппа не установлено. Напомним, что в текущем сезоне в регионе выявлено 78 случаев гриппа А (H3N2). В настоящее время в регионе циркулируют вирусы не гриппозной этиологии. При проведении исследований в трех случаях выявлено наличие риновирусов, в 1 – парагриппа.

Кроме того, в регионе продолжается регистрация случаев заболевания коронавирусной инфекции, относящейся к группе ОРВИ. За неделю зарегистрировано 140 новых случаев заболевания.

Возбудители гриппа и ОРВИ передаются от человека к человеку воздушно-капельным путем и достаточно контагиозны (заразны).

При ОРВИ - острых респираторных вирусных инфекциях не гриппозной этиологии заболевание развивается постепенно, чаще всего начинается с утомляемости и насморка, сухого кашля, который затем переходит в мокрый.

Особенно тяжело ОРВИ и грипп протекают у маленьких детей, пожилых людей, людей с хронической патологией и заболеваниями иммунной системы.

Лучшей защитой от гриппа и коронавируса является иммунизация. Вместе с тем от остальных ОРВИ прививка не защищает.

Для того чтобы предупредить заболевание необходимо укреплять и закалять свой организм. Высыпайтесь, соблюдайте режим труда и отдыха, старайтесь больше находиться на свежем воздухе. Отправляясь на прогулку, одевайтесь по погоде, старайтесь не переохлаждаться при нахождении на улице.

Укреплению организма способствует правильное питание. Включите в рацион продукты, содержащие витамины А, С, цинк и кальций: цитрусовые, киви, сладкий перец, молочные и кисломолочные продукты, твердые сыры, отварную рыбу, говядину морковь со сметаной, изюмом или курагой и др.

При посещении общественных мест надевайте медицинскую маску, сохраняйте социальную дистанцию, часто и тщательно мойте руки, избегайте общения с людьми с признаками заболевания. Любое вирусное заболевание, перенесенное «на ногах», может привести в дальнейшем к нежелательным последствиям и осложнениям. К тому же заболевший человек заражает окружающих.

Поэтому необходимо при первых признаках заболевания остаться дома и обратиться к врачу.

Будьте здоровы! Берегите себя!