

По итогам прошедшей недели уровень заболеваемости ОРВИ ниже эпидемического порога на 11 %. За неделю зарегистрировано 1227 обращений граждан за медицинской помощью с признаками ОРВИ и гриппа (предыдущая неделя 2175). Среди заболевших 391 ребенок до 14 лет (за предыдущую неделю – 942). По сравнению с предыдущей неделей наблюдается снижение заболеваемости по совокупному населению на 43,5 %. Госпитализированы с признаками ОРВИ за неделю 18 человек, в том числе 9 детей.

Больше всего заболевших ОРВИ в столице региона – г. Горно-Алтайске. Здесь за неделю заболели 526 человек, в том числе 168 детей.

Случаев гриппа за прошедшую неделю не зарегистрировано.

Напоминаем, что новая коронавирусная инфекция также входит в группу ОРВИ. Ситуация по заболеваемости коронавирусом все еще напряженная. За неделю заболели 902 человека.

Меры профилактики всех ОРВИ одинаковы. При гриппе и коронавирусной инфекции – лучшим способом защиты является прививка. От других видов ОРВИ прививок нет. К сожалению, в настоящее время на территории Республики Алтай риск заболеть ОРВИ еще очень высок. Независимо от того, привиты вы от гриппа и коронавируса или нет, помните и соблюдайте неспецифические меры профилактики.

Укрепляйте и закаляйте 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 оставаться дома, не подвергая риску заражения коллег и обратиться за медицинской помощью..

Будьте здоровы! Берегите себя!