

В настоящий момент в Республике Алтай заболеваемость гриппом и ОРВИ продолжает оставаться на неэпидемическом уровне. Фактическая заболеваемость ОРВИ за 2 неделю 2018 г. (08.01.2018 по 14.01.2018) составила 470 случаев, 340 из них дети до 14 л., что ниже эпидемического порога на -33,7%.

В целом по республике и в г.Горно-Алтайске за прошедшую 2 неделю, заболеваемость ОРВИ не превысила эпидемический порог по всем возрастным группам. Госпитализированы с диагнозом ОРВИ 11 человек, в том числе взрослых-1 .

Сдерживанию заболеваемости гриппом способствует проведенная прививочная кампания. Всего в эпидсезон 2017-2018 гг. по заболеваемости ОРВИ и гриппа профилактической иммунизацией охвачено 42,5% населения Республики Алтай.

В рамках лабораторного мониторинга за циркуляцией среди населения респираторных вирусов за 2 неделю в Республике Алтай число обследованных на вирусы гриппа и ОРВИ составило 15 человек, положительных на вирусы нет.

Специалистами Управления Роспотребнадзора по Республике Алтай проводится постоянное информирование населения через средства массовой информации об эпидемиологической ситуации по гриппу, ОРВИ и внебольничным пневмониям, о мерах индивидуальной и общественной профилактики гриппа и других острых респираторных инфекций, необходимости своевременного обращения за медицинской помощью в случае появления первых признаков заболевания и опасности самолечения.

Ситуация по заболеваемости гриппом и ОРВИ находится на контроле Управления Роспотребнадзора по Республике Алтай.

По данным Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в Российской Федерации продолжается эпидемический сезон заболеваемости гриппом и ОРВИ, характерный для этого времени года.

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

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

При гриппе отмечается резкое ухудшение состояния – повышение температуры тела (в отдельных случаях до 40,5 градусов), головная боль, «ломота» в мышцах и суставах, чувствительность к свету. Наиболее активная фаза приходится на 3-5 день заболевания, выздоровление на 8-10 день. При гриппе поражаются сосуды, поэтому возможна кровоточивость десен и слизистой оболочки носа. После перенесенного гриппа организм становится чрезвычайно восприимчив к различным инфекциям, что приводит к тяжелым инфекционным осложнениям.

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

Лучшей защитой от гриппа 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 переохладиться при нахождении на улице. Если Вы промочили ноги, необходимо пропарить их сразу по возвращении домой.

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 планировании посещения общественных мест возьмите с собой медицинскую маску: если в общественном месте чихают и кашляют, закройте рот и нос медицинской маской или носовым платком – это поможет предотвратить инфицирование.

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 обратиться к врачу. Будьте здоровы!