

## О заболеваемости ОРВИ в Ростовской области и городе Ростове-на-Дону и меры профилактики

В ходе еженедельного мониторинга за 05 неделю 2021 г. (01.02.2021 – 07.02.2021) в целом среди совокупного населения Ростовской области зарегистрировано 16,4 тысяч случаев заболевания ОРВИ (39,1 на 10 тысяч населения), что ниже эпидемического порога на 15,4 %, и также ниже толерантных уровней среди всех возрастных групп 0 - 2, 3 - 6, 7 - 14 лет, 15 лет и старше (- 53,0 %, - 25,5 %, - 34,5 %, - 10,0 %), показатель заболеваемости был на уровне 04 недели 2021.

В ходе еженедельного мониторинга на 05 неделе в целом по г. Ростову-на-Дону зарегистрировано более 6,0 тысяч случаев заболевания ОРВИ (показатель на 10 тысяч – 53,5), что на уровне эпидемического порога. Показатель превысил толерантные уровни в возрастной 15 лет и старше на 32,2 % (был ниже в возрастных группах 0 - 2 – 58,9 %, 3 – 6 лет – 21,8 %, от 7 до 14 лет на 17,3 %), показатель заболеваемости по совокупному населению был выше уровня 04 недели на 6,4 %. На 05 неделе 2021 частота госпитализации от заболевших ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 1,04; абсолютное число госпитализированных с диагнозом грипп и ОРВИ по сравнению с 04 неделей 2021 года увеличилось на 42,5 %.

По данным мониторинга за 05 неделю 2021 года, определены риновирусы – 4, метапневмовирусы – 5 и парагрипп - 1. Циркуляция вирусов гриппа не установлена.

Для того чтобы уберечься от гриппа, ОРВИ и защитить своих близких, еще раз напомним, что основным путем передачи вируса гриппа является воздушно-капельный. И больной человек наиболее заразен для окружающих первые 3–4 дня болезни, хотя выделение вируса возможно на протяжении всего заболевания и даже в период выздоровления. Известно, что вирус гриппа во внешней среде живет 2 – 8 часов, а погибает под воздействием высоких температур (75–100°С), а также - дезинфицирующих средств.

Важно соблюдать «респираторный этикет». Стараться, по возможности, держаться от лиц с признаками ОРВИ на расстоянии примерно 1 м. Тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащими средствами для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям). Регулярно проветривайте помещения вашего жилого дома или офиса путем открывания окон, в

тоже время избегайте сквозняков.

Если вы ухаживаете за больным человеком, вам необходимо надевать маску при близких контактах с ним, после чего незамедлительно утилизировать маску и тщательно вымыть руки. Вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

В случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо вызвать врача на дом.