О мерах по профилактике гриппа в сезон 2021–2022гг

В ходе еженедельного мониторинга за 51 неделю (20.12.2021 - 26.12.2021) в целом среди совокупного населения Ростовской области зарегистрировано 20 902 случая заболевания ОРВИ (49,7 на 10 тысяч населения), что выше эпидемического порога на 56,4 %. Показатель превысил толерантные уровни в возрастных группах: 15 лет и старше на 89,6 % и 7 - 14 лет - на 25,5 % (был ниже в возрастных группах 0-2 года - на 33,9 %, 3 - 6 лет - на 13,7 %), показатель заболеваемости был на уровне 50 недели 2021.

В Ростовской области проводится еженедельный вирусологический мониторинг гриппа и ОРВИ. Пробы отобраны от 548 больных и исследованы в вирусологической лабораторией ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области» вирус гриппа определен в 122-х случаях и представлен вирусом гриппа А(НЗШ) - 121 и вирус гриппа В (1). Было диагностировано 100 случаев заболевания негриппозной этиологии, или 18,3 % (в 37 случаях они были вызваны РС-вирусом, 6 - аденовирусом, 1 - парагриппом и 56 - др. вирусами (риновирус - 49, бокавирус - 3, коронавирус человека - 3 и метапневмовирус - 1).

За 51 неделю 2021 обследовано 96 человек, было диагностировано 42 случая заболевания, или 43,7 %, грипп А(НЗЫ2) - 33, грипп В - 1, риновируса - 5 и сезонный коронавирус - 1.

В Ростовской области продолжается прививочная кампания против гриппа. В целом по области против гриппа привито более 2, 2 млн. человек или 53,53 % от численности населения области.

Грипп - это острая респираторная вирусная инфекция. Вирус гриппа передается непосредственно от больного человека при разговоре, чихании или кашле. Некоторые могут заболеть, прикоснувшись к предметам, на которых находятся мельчайшие частицы вируса, а затем к собственному рту или носу. Известно, что вирусы гриппа способны выживать с возможностью инфицирования человека на таких поверхностях, как столы, телефоны, дверные ручки, в течение 2-8 часов с момента попадания на поверхность; в результате чего он способен к пандемическому распространению. Этим определяется его социально-экономическая значимость для общества в целом. Для каждого из нас он опасен развитием осложнений иногда с летальным исходом.

Уже в первые часы заболевания температура тела достигает максимальных показателей - 39°-40°С, появляется резкая слабость, выраженные головные и мышечные боли, боль при движении глазными яблоками или при надавливании на них. Катаральный синдром часто отступает на второй план: проявляется сухостью и ощущением першения в горле, заложенностью носа, сухим кашлем. У некоторых людей грипп сопровождается тошнотой, рвотой и диареей.

Единственным эффективным методом профилактики гриппа остается иммунизация. После проведения прививки защитный уровень иммунитета вырабатывается приблизительно через 2 недели и сохраняется до одного года.

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области повторно информирует о мерах профилактики респираторных вирусных инфекций:

- часто мойте руки с мылом; мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками;

- соблюдайте социальное дистанцирование и респираторный этикет; вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метров от больных. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями. Надевайте маску, чтобы уменьшить риск заболевания. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания;

- ведите здоровый образ жизни; здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность;

- защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски; среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

В случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу. Эта мера предосторожности поможет защитить Вас от возможных осложнений.