

О заболеваемости ОРВИ и гриппом в Ростовской области и мерах профилактики

По итогам минувшей недели в области зарегистрировано 20,5 тысяч случаев заболевания ОРВИ, что выше уровня показателя прошлой недели на 7,6%. Удельный вес детей до 14 лет среди всех заболевших составил 50,0 %.

На 04 неделе 2024 года по сравнению с 3 неделей 2024 в области заболеваемость гриппом увеличилась на 7,6 %, заболевшие не привиты против гриппа. Наступление зимы обычно связано с подъемом таких заболеваний, как грипп и острые респираторные вирусные инфекции. Холодное время года способствует переохлаждению организма и повышает опасность заболевания. Также распространению заболевания в это время года способствует скученность населения в помещениях, которая увеличивает вероятность встречи с инфекцией.

Меры неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ:

- избегайте близкого контакта с больными людьми;
- соблюдать гигиену рук – чаще мойте руки водой с мылом или используйте средство для дезинфекции рук на спиртовой основе;
- старайтесь не прикасаться руками к своим глазам, носу и рту;
- избегать многолюдных мест или сократить время пребывания в многолюдных местах;
- используйте маски при контакте с больным человеком;
- регулярно проводите влажную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств и проветривание помещений;
- придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность.

Если вы заболели, оставайтесь дома и ограничьте контакты с другими людьми.

Следует помнить, что своевременное обращение за медпомощью позволяет снизить риск осложнений и ведет к быстрому выздоровлению!