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

В ходе еженедельного мониторинга на 02 неделе (07 января – 13 января 2019 года) в целом по области зарегистрировано более 9,2 тысяч случаев заболевания ОРВИ, показатель на 10 тысяч населения составил 21,6, что на 38,0 % ниже эпидемического порога. На неэпидемическом уровне сохраняется заболеваемость и в городе Ростове-на-Дону, где зарегистрировано более 3,0 тысяч случаев, показатель на 10 тыс. населения составил 26,7, что ниже на 41,4 % эпидемического порога.

На прошедшей неделе частота госпитализации от заболевших ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 4,2; абсолютное число госпитализированных с диагнозом грипп и ОРВИ было ниже на 83,7 % 01 недели 2019 года.

По данным вирусологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области за вышеуказанный период обследовано 65 человек с диагнозом ОРВИ и выявлено 32 положительных результата; вирусы гриппа определены в 19 случаях и представлены вирусом гриппа A(H1N1)pdm09, вирусом гриппа A(H3N2) и вирус гриппа B.

Было диагностировано 13 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 2-х случаях они были вызваны - аденовирусами, 1 - РС-вирусом и 10 – др. вирусами).

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области напоминает, 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 периода заболевания. Известно, что вирус гриппа погибает под воздействием высоких температур (75 - 100°С), а также дезинфицирующих средств, вирус во внешней среде живет 2 – 8 часов.

Люди, инфицированные вирусом гриппа, начинают распространять возбудителя инфекции за день до появления первых симптомов заболевания вплоть до седьмого дня болезни.

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.

Вирус гриппа, размножаясь в респираторном тракте, вызывает разрушение эпителия, функцией которого является очищение дыхательных путей от пыли, бактерий. Если эпителий разрушается, он уже не может в полной мере выполнять свои защитные функции и бактерии с большей легкостью проникают в легкие. Таким образом, появляется опасность развития **наиболее частого осложнения гриппа - пневмонии.** Другие бактериальные инфекции, часто возникающие после гриппа – синусит, бронхит,

отит, миокардит. После гриппа часто наблюдаются обострения хронических заболеваний, таких как: бронхиальная астма, хронический бронхит, сердечнососудистые заболевания, сахарный диабет и др. Осложнения после гриппа могут быть очень серьезными, нанести непоправимый вред Вашему здоровью и здоровью Ваших близких.

Существуют так называемые группы риска (по возможным осложнениям) - это лица, среди которых наиболее вероятно развитие осложнений от гриппа:
- беременные;

- лица старше 60 лет;

- лица, страдающие хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистые, сахарный диабет, хронические заболевание легких, лица с иммунодефицитом);

- часто болеющие острыми респираторными инфекциями;

- дети дошкольного возраста;

- школьники;

- медицинский персонал;

- работники сферы обслуживания;

- работники транспорта;

- работники учебных заведений;

- воинские контингенты.

Очень важно для профилактики гриппа и ОРВИ укреплять защитные иммунные механизмы в течение всего года, особенно в зимний период в подъем заболеваемости этими инфекциями. Для этого необходимо:

- вести активный и здоровый образ жизни;

- следить за рационом питания, он должен быть сбалансированным;

- проводить закаливающие процедуры (перед проведением обязательно проконсультироваться с врачом).

И главное, 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.