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

В ходе еженедельного мониторинга на 04 неделе (20 января - 26 января 2020 года) в целом по области зарегистрировано более 11,9 тысяч случаев заболевания ОРВИ, показатель на 10 тысяч населения составил 28,0, что на 37,7 % ниже эпидемического порога. На неэпидемическом уровне сохраняется заболеваемость и в городе Ростове-на-Дону, где зарегистрировано более 4,1 тысяч случаев, показатель на 10 тыс. населения составил 37,2, что ниже на 33,9 % эпидемического порога.

На 04 неделе частота госпитализации от заболевших ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 3,6; абсолютное число госпитализированных с диагнозом грипп и ОРВИ увеличилось на 26,6 % в сравнении с 03 неделей 2020.

По данным мониторинга за 04 неделю 2020 года у заболевших ОРВИ определены вирус гриппа В (7), вирус гриппа А(Н3N2) - 4, вирус гриппа А(Н1N1) pdm09 (1), РС (1), риновирусы (4). Управление Роспотребнадзора по Ростовской области еще раз напоминает, об основных мерах профилактики гриппа и ОРВИ:

- неспецифической профилактике ОРВИ - приеме поливитаминов особенно это касается людей входящих в группу риска (беременные женщины, лица пожилого возраста старше 65 лет, дети, подростки, люди с хроническими заболеваниями сердца, легких, почек, онкологические больные, лица страдающие ожирением, а также с нарушением иммунитета, др.), фитоадаптогенов, к которым относятся экстракт элеутерококка, эхинацеи и другие.

- соблюдайте «Респираторный этикет», при кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовыми платками и выбрасывать их в урну после использования;

- применяйте индивидуальные средства защиты органов дыхания (маска), особенно в общественных местах, она защитит Вас от инфицирования. Не стоит также забывать, о кратности ее замены через 3-4 часа, в последствии она становится источником инфекции;

- совершайте прогулки на открытом воздухе 2 раза в день общей продолжительностью не менее 2 часов в соответствующей одежде в любую погоду;

- в случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, ка¬шель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу. Не следует заниматься самолечением.