

О ситуации по заболеваемости ОРВИ и гриппом

По данным еженедельного мониторинга на прошедшей неделе заболеваемость ОРВИ и гриппом населения Рязанской области превысила эпидемический порог на 4,3%, по г.Рязани – на 17,3%. Заболеваемость определялась детским населением, удельный вес которого составил 72,3%.

По результатам вирусологического мониторинга, наряду с циркулирующими респираторными вирусами не гриппозной этиологии (вирусы парагриппа, аденовирусы, РС-вирусы), циркулировали вирусы гриппа А и В.

С учетом уровня заболеваемости гриппом и ОРВИ, в целях снижения интенсивности циркуляции респираторных вирусов, на отчетной неделе применялось частичное приостановление учебного процесса в детских образовательных учреждениях, как профилактическая мера.

Обращаем ваше внимание, что возбудители гриппа и ОРВИ передаются от человека к человеку, преимущественно, воздушно-капельным путем и достаточно контагиозны. Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) не гриппозной этиологии чаще всего начинаются с общего недомогания, насморка, першения в горле, повышения температуры тела. Заболевание развивается постепенно в течение нескольких дней.

При гриппе отмечается резкое ухудшение состояния – повышение температуры тела (в отдельных случаях до 39-40 градусов), головная боль, «ломота» в мышцах и суставах, повышенная чувствительность к свету. При гриппе поражаются сосуды, поэтому возможна кровоточивость десен и слизистой оболочки носа. Перенесенный грипп ослабляет защитные силы организма и увеличивает восприимчивость к различным инфекциям, что приводит к тяжелым инфекционным осложнениям.

Управление Роспотребнадзора по Рязанской области напоминает, что сейчас следует более серьезно относиться к своему здоровью и применять меры неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ. В первую очередь это относится к лицам высокого риска инфицирования гриппом (все, кто контактирует с большим количеством населения), а так же лицам, имеющим хронические заболевания, такие как сахарный диабет, ожирение, болезни сердца и сосудов, хронические болезни почек, печени, хронические заболевания дыхательной системы. Опасен грипп для беременных женщин.

В период эпидемического подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ постарайтесь не посещать мест массового скопления людей или сократить время пребывания в таких местах. Не стесняйтесь использовать маски однократного применения в местах массового скопления людей, где трудно исключить контакт с больным человеком. Регулярно и тщательно мойте руки с мылом, промывайте полость носа после посещения многолюдных мест, пребывания в общественном транспорте. Во время работы избегайте прикосновений к своему рту, носу не мытыми руками, так вы предупредите попадание вируса в свой организм.

Регулярно проветривайте помещения, в которых находитесь, делайте влажную уборку. Ешьте больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, цитрусовые, квашеная капуста, отвар шиповника и т.д.).

Ведите здоровый образ жизни: высыпайтесь; правильно питайтесь; сохраняйте разумную физическую активность.

В случае появления признаков заболевания немедленно обращайтесь к врачу. Только своевременно назначенное лечение и выполнение рекомендаций врача поможет избежать возможных осложнений.

Ситуация остается на контроле Управлением Роспотребнадзора по Рязанской области.