

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

Заболеваемость гриппом и острыми респираторными вирусными инфекциями в целом по Ростовской области находится на неэпидемическом уровне.

По результатам еженедельного мониторинга за неделю с 11.01.2016 по 17.01.2016 в Ростовской области среди совокупного населения зарегистрировано 19 544 случая – 45,8 на 10 тысяч населения, что на 16,5 % ниже порога недели. Заболеваемость во всех возрастных группах была ниже толерантных уровней (0 - 2 года на 0,7 %, 3 - 6 лет – 20,5 %, 7 - 14 лет – 27,0 %, 15 лет и старше – 33,9 %).

По городу Ростову-на-Дону зарегистрировано 7 906 случаев заболеваний – 71,6 на 10 тысяч населения, что выше эпидпорога недели на 34,8 %. Заболеваемость во всех возрастных группах превысила толерантные уровни (0 - 2 года на 35,6 %, 3 - 6 лет – 10,3 %, 7 - 14 лет – 18,9 %, 15 лет и старше – 24,2 %).

По результатам вирусологического и серологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области с 11.01.2016 – 17.01.2016 обследовано 183 человека с диагнозом ОРВИ, из них выявлен 71 положительный результат на грипп. Вирусы гриппа представлены серовариантами А(Н1N1) pdm09 – 68 и А(Н3N2) - 2. Было диагностировано 13 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 1-м случае они были вызваны - аденовирусом, 5 - респираторно-синцитиальным вирусом, 4 – вирусом парагриппа и 3 – др. вирусами).

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области в целях снижения риска инфицирования гриппом и другими ОРВИ в настоящий период времени рекомендует обратить особое внимание неспецифической профилактике гриппа. К этим мерам относится прием химиопрепаратов – индукторов интерферона, противовирусных препаратов, прием поливитаминов (все это необходимо использовать после консультации со своим врачом); полноценное питание, соблюдение минимальной продолжительности сна, прогулки на свежем воздухе, проветривание помещений, их влажная уборка, использование ультрафиолетового обеззараживания воздуха. Эти рекомендации особенно важно соблюдать лицам, относящимся к категориям высокого риска заболевания гриппом и неблагоприятных осложнений при заболевании: беременным женщинам, детям старше 6 месяцев, детям, посещающим дошкольные образовательные организации и (или) находящиеся в организациях с постоянным пребыванием (детские дома, дома ребенка), лицам, страдающим заболеваниями эндокринной системы (диабет), нарушениями обмена веществ (ожирение), болезнями системы кровообращения (гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца), хроническими заболеваниями дыхательной

системы (хронический бронхит, бронхиальная астма), хроническими заболеваниями печени и почек и др.

Мы также рекомендуем в настоящее время как можно реже бывать в местах массового скопления людей. Важно соблюдать «респираторный этикет».

Регулярно проветривайте помещения вашего жилого дома или офиса путем открывания окон, в тоже время избегайте сквозняки. Старайтесь, по возможности, держаться от лиц с признаками ОРВИ на расстоянии не менее 1 метра. Тщательно мойте руки с мылом или протирайте их спиртосодержащим средством для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям).

Если вы ухаживаете за больным человеком, вам необходимо надевать маску при близких контактах с ним, после чего незамедлительно утилизировать маску и тщательно вымыть руки.

В период подъема заболеваемости особенно важно вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

И главное, в случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу и не заниматься самолечением. Эта мера предосторожности поможет защитить Вас от возможных осложнений. Лечебно-профилактические организации области готовы к проведению комплекса лечебных мероприятий в полном объеме