

Управлением Роспотребнадзора по Нижегородской области проводится ежедневный мониторинг заболеваемости гриппом и ОРВИ, анализируются лабораторные исследования материала от больных для расшифровки этиологии сезонного подъема заболеваемости ОРВИ и слежения за циркуляцией вирусов гриппа и ОРВИ, а также контроль за организацией и проведением санитарно-противоэпидемических мероприятий в образовательных организациях, учебных заведениях, медицинских и других организациях.

С целью минимизации распространения респираторных инфекций и профилактики групповой заболеваемости гриппом в медицинских организациях разделены потоки больных, обслуживание больных с симптомами ОРВИ и гриппом преимущественно на дому.

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области рекомендует нижегородцам при первых симптомах заболевания гриппом или ОРВИ вызвать врача на дом для назначения адекватного и своевременного лечения. Своевременное обращение за медицинской помощью позволяет снизить риск развития осложнений.

*В связи с сезонным подъемом заболеваемости ОРВИ рекомендуется соблюдать меры профилактики:*

- Наиболее эффективным и доступным средством защиты от гриппа и его осложнений в настоящее время является вакцинация, так как она не только защищает от тяжелого течения заболевания и его осложнений, но и препятствует широкому распространению заболевания. Чем больше населения привито против гриппа, тем выше уровень популяционного иммунитета, тем ниже заболеваемость гриппом и меньше осложнений от этого заболевания.

Прививка против гриппа входит в национальный календарь профилактических прививок Российской Федерации (утвержден приказом Минздрава России от 06.12.2021 № 1122н). В соответствии с указанным документом бесплатно пройти вакцинацию против гриппа могут следующие категории граждан:

1. дети с 6 месяцев до 18 лет;
2. лица, обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования;
3. беременные женщины;
4. взрослые старше 60 лет;
5. лица с хроническими заболеваниями;
6. работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы и сферы предоставления услуг, сотрудники правоохранительных органов, работники организаций социального обслуживания;
7. лица, подлежащие призыву на военную службу.

- Соблюдайте «этикет больного»: при кашле или чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. При отсутствии салфетки прикрыть рот и нос допускается областью локтя. При возможности следует отказаться или минимально пользоваться поездками на общественном транспорте и избегать мест большого скопления людей. Старайтесь избегать трогать руками глаза, нос или рот.

- Регулярно чистите и дезинфицируйте окружающие поверхности (столы, дверные ручки, стулья, гаджеты и др.), используя бытовые моющие средства.

- Пользоваться защитными медицинскими масками при посещении магазинов, поездках в общественном транспорте. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

- Соблюдайте здоровый режим дня в соответствии с возрастом и рекомендациями врача. Для работы иммунитета необходим полноценный сон, прогулки или занятия спортом (если нет противопоказаний) на свежем воздухе, потребление пищевых продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными веществами.

- При появлении таких признаков как резкое повышение температуры тела (выше 38°C), головная боль, боль в мышцах, боль в горле, кашель, насморк, заложенность носа не отпускайте детей в школы, детские образовательные учреждения, не выходите на работу. Вызывайте врача на дом, строго следуйте его предписаниям и не занимайтесь самолечением!

- Мыть руки с мылом после посещения общественных мест, уборных и перед едой, так как данная процедура удаляет вирусы с рук. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь дезинфицирующими средствами с противовирусным действием (спреи, гелями, салфетками).

- Чаще проветривайте помещения.

В связи с вышеизложенным предлагаем разместить информацию на сайтах подведомственных организаций и информационных стендах.

Санитарно-эпидемиологическая ситуация находится на контроле Управления Роспотребнадзора по Нижегородской области.

Начальник ТО



И.Г. Воронова