

О заболеваемости ОРВИ и гриппом в Ростовской области и мерах профилактики

По итогам минувшей недели в области зарегистрировано 7,8 тысяч случаев заболевания ОРВИ, что ниже уровня показателя прошлой недели на 58,1 %. Удельный вес детей до 14 лет среди всех заболевших составил 55,5 %.

На 01 неделе 2024 года в области зарегистрировано 120 случаев гриппа А, заболевшие не привиты против гриппа, так же среди населения области циркулируют вирусы негриппозной этиологии.

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области еще раз напоминает, что сейчас нужно более серьезно относиться к своему здоровью и к неспецифической профилактике гриппа.

Уважаемые жители Ростовской области, после Новогодних и Рождественских праздников настоятельно предлагаем не направлять детей в детские организованные коллективы, а также самим не выходить на работу с признаками ОРВИ и гриппа. Не занимайтесь самолечением, обращайтесь за медицинской помощью.

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 заболевания и даже в период выздоровления. Известно, что вирус гриппа во внешней среде живет 2 – 8 часов, а погибает под воздействием высоких температур (75–100 °С), а также - дезинфицирующих средств.

Важно соблюдать «респираторный этикет». Стараться, по возможности, держаться от лиц с признаками ОРВИ на расстоянии примерно не менее 1,5 метра. Тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащим средством для обработки рук. Регулярно проветривать помещения вашего жилого дома или офиса путем открывания окон, в тоже время избегайте сквозняков.

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

Больного изолируйте в отдельную комнату, выделите для него отдельную столовую посуду и приборы для приема пищи, индивидуальное полотенце, постельные принадлежности, при необходимости - одноразовые носовые платки.

Придерживайтесь здорового образа жизни. Правильное питание, сон, физические упражнения способствуют формированию устойчивости к инфекционным заболеваниям.