О заболеваемости ОРВИ и гриппом в Ростовской области и мерах профилактики

По итогам минувшей недели в области зарегистрировано 17,1 тысяч случаев заболевания ОРВИ с превышением эпидпорога среди взрослого населения. При этом рост заболеваемости произошел во всех возрастных группах. Удельный вес детей до 14 лет среди всех заболевших составил 52,9 %.

На 02 неделе 2024 года в области по результатам вирусологического мониторинга грипп составляет более 50 %, заболевшие не привиты против гриппа, так же среди населения области циркулируют вирусы негриппозной этиологии.

Основные меры профилактики гриппа и ОРВИ в текущем периоде:

- не забывайте о витаминах, 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.);

- 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, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу. Не следует заниматься самолечением.