

О заболеваемости ОРВИ и гриппом в Ростовской области и мерах профилактики

По итогам минувшей недели в области зарегистрировано 21,9 тысяч случаев заболевания ОРВИ, что практически на уровне показателя 5 недели 2024 года. Удельный вес детей до 14 лет среди всех заболевших составил 49,4 %.

Количество выявленных случаев гриппа выше на 6,3 % в сравнении с прошлой неделей, все заболевшие не привиты против гриппа.

Чтобы избежать распространения гриппа и ОРВИ необходимо выполнять простые санитарно-гигиенические правила:

- избегать контакта с больными людьми;
- стараться не подходить к больному ближе, чем на 1,5 метра;
- при контакте с больными людьми одевать маску;
- мыть руки с мылом или антибактериальными средствами (спиртсодержащие растворы) для предотвращения распространения инфекции;
- закрывать нос и рот во время кашля и чихания, используя одноразовые носовые платки;
- избегать большого скопления людей (зрелищных мероприятий, собраний, встреч);

- регулярно проветривать помещение;

- не трогать грязными руками глаза, нос и рот;

- вести здоровый образ жизни (полноценный сон, свежий воздух, активный отдых, сбалансированная пища, богатая витаминами), что поможет организму бороться с любыми инфекциями.

Если Вы или Ваши близкие заболели (появились насморк, першение в горле, головная боль, повысилась температура) не следует посещать работу, учебное заведение, направлять ребенка в детский организованный коллектив. Необходимо вызвать врача на дом. В случае тяжелого течения заболевания не отказывайтесь от предложенной госпитализации. Своевременно начатое лечение в стационаре позволит избежать возникновения осложнений болезни, а иногда и спасти жизнь.