

О заболеваемости ОРВИ и гриппом в Ростовской области и мерах профилактики

По итогам минувшей недели в области зарегистрировано 18,3 тысяч случаев заболевания ОРВИ, что ниже на 9,0 % эпидемического порога. Удельный вес детей до 14 лет среди всех заболевших составил 47,8 %.

Показатель заболеваемости гриппом на 09 неделе 2024 года снизился по сравнению с 8 неделями 2024 года на 28,8 %, заболевшие не привиты против гриппа.

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области информирует о мерах профилактики респираторных вирусных инфекций:

- часто мойте руки с мылом; мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками;

- соблюдайте социальное дистанцирование и респираторный этикет; вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метров от больных. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания;

- ведите здоровый образ жизни это повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте режим труда и отдыха, включая полноценный сон, употребляйте пищевые продукты богатые белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность;

- защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски; среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым

ограничивается распространение вируса.