

## О заболеваемости ОРВИ в Ростовской области и городе Ростове-на-Дону на 02 неделе 2018 и меры профилактики

В ходе еженедельного мониторинга на 02 неделе (08 января 2018 – 14 января 2018 года) в целом по области зарегистрировано более 9,7 тысяч случаев заболевания ОРВИ, составив 23,1 на 10 тысяч населения, что на 33,8 % ниже эпидемического порога. В городе Ростове-на-Дону, зарегистрировано более 3,2 тысяч случаев, составив 29,2 на 10 тыс. населения, что на 36,0 % ниже эпидемического порога.

По данным вирусологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области за вышеуказанный период обследовано 32 человека с диагнозом ОРВИ и выявлено 17 положительных результатов; вирусы гриппа определены в 2 случаях и представлены серовариантом В. Было диагностировано 15 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 1-м случае они были вызваны – парагриппом, 5 – аденовирусами, 8 - РС-вирусом и 1 – др. вирусами).

**Управление Роспотребнадзора по Ростовской области напоминает, что основным путем передачи вируса гриппа является воздушно-капельный.** И больной человек наиболее заразен для окружающих первые 3 – 4 дня болезни. Вирус гриппа погибает под воздействием высоких температур (75 - 100°С), а также дезинфицирующих средств, вирус во внешней среде живет 2 – 8 часов.

У больных в первые часы заболевания температура тела достигает максимальных показателей – 39 - 40° С, появляется резкая слабость, выраженные головные и мышечные боли, боль при движении глазными яблоками или при надавливании на них. Катаральный синдром проявляется сухостью и ощущением першения в горле, заложенностью носа, сухим кашлем.

Грипп может вызвать осложнения: пневмонию, синусит, бронхит, отит, миокардит. После гриппа часто наблюдаются обострения хронических заболеваний, таких как: бронхиальная астма, хронический бронхит, сердечнососудистые заболевания и др.

Существуют так называемые группы риска (по возможным осложнениям) - это лица, среди которых наиболее вероятно развитие осложнений от гриппа:

- беременные;

- лица старше 60 лет;

- лица, страдающие хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистые, сахарный диабет, хроническое заболевание легких, лица с иммунодефицитом);

- часто болеющие острыми респираторными инфекциями;

- дети дошкольного возраста;

- школьники;

- медицинский персонал;

- работники сферы обслуживания;

- работники транспорта;

- работники учебных заведений;

- ВОИНСКИЕ КОНТИНГЕНТЫ.

**Очень важно для профилактики гриппа и ОРВИ укреплять защитные иммунные механизмы в течение всего года, особенно в зимний период в подъем заболеваемости этими инфекциями.**

Для этого необходимо:

- вести активный и здоровый образ жизни;

- следить за рационом питания, он должен быть сбалансированным;

- проводить закаливающие процедуры (перед проведением обязательно проконсультироваться с врачом).

**И главное, в случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу. Эта мера предосторожности поможет защитить Вас от возможных осложнений.**