

О заболеваемости ОРВИ в Ростовской области и городе Ростове-на-Дону и мерах профилактики

В ходе еженедельного мониторинга на 04 неделе (21 января 2019 – 27 января 2019 года) в целом по области зарегистрировано более 14,1 тысяч случаев заболевания ОРВИ, составив 33,3 на 10 тысяч населения, что на 20,2 % ниже эпидемического порога. В городе Ростове-на-Дону, зарегистрировано более 4,1 тысяч случаев, составив 37,0 на 10 тыс. населения, что на 27,5 % ниже эпидемического порога.

По данным вирусологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области за вышеуказанный период обследовано 145 человек с диагнозом ОРВИ и выявлено 75 положительных результатов; вирусы гриппа определены в 46 случаях и представлены вирусом гриппа А(Н1N1)рdm09 (54,3 %), вирусом гриппа А(Н3N2) – 43,5 % и вирусом гриппа В (2,2).

Было диагностировано 29 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 8-и случаях они были вызваны парагриппом, 7 - аденовирусами, 2 - РС-вирусом и 12 – др. вирусами).

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

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 1 метр. Тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащим средством для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям). Регулярно проветривайте помещения вашего жилого дома или офиса путем открывания окон, в тоже время избегайте сквозняки.

Если вы ухаживаете за больным человеком, вам необходимо надевать маску при близких контактах с ним, после чего незамедлительно утилизировать маску и тщательно вымыть руки. Вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

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.