

Единый день здоровья День профилактики гриппа и ОРИ.

Согласно данным проводимого мониторинга заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями на территории Республики Беларусь по состоянию на 16.01.2019 года находится на неэпидемическом уровне.

Заболеваемость обусловлена преимущественно вирусами не гриппозной этиологии (вирусы парагриппа, аденовирусы, респираторно-синцитиальные вирусы, бокавирусы). Вместе с тем, по результатам лабораторных исследований отмечаются единичные случаи выделения вирусов гриппа А (H1N1, H3N2) от пациентов с ОРИ и гриппоподобными заболеваниями, в подавляющем большинстве не привитых против гриппа.

Справочно: циркуляция вируса гриппа А (H1N1) ожидается для стран Северного полушария, включая Республику Беларусь. Начиная с 2010 г. аналоги вируса с антигенной структурой А (H1N1) pdm09 входят в состав всех противогриппозных вакцин, включая вакцины, применяемые в 2018 году.

В структуре заболевших удельный вес детского населения до 18 лет составил 62,7%.

По данным Роспотребнадзора на территории Российской Федерации отмечается низкая заболеваемость гриппом и ОРИ при росте активности циркуляции вирусов гриппа. Также отмечается незначительный рост географического распространения вирусов гриппа.

По данным FluNews Europe в 93% стран Европейского региона отмечается низкая интенсивность гриппа, 2 страны (Португалия и Соединенное Королевство (Англия)) сообщили о средней интенсивности, и 1 страна (Мальта) – о высокой интенсивности гриппа.

Из 42 стран Европейского региона, представивших данные о географическом распространении, 5 стран (Азербайджан, Болгария, бывшая Югославская Республика Македония, Люксембург и Косово) сообщили об отсутствии активности гриппа, 15 стран (в различных частях региона) – о спорадических случаях, 8 стран (в северной, южной и западной частях) – о локальном распространении, 5 стран (Израиль, Испания, Нидерланды, Республика Молдова и Украина) сообщили о региональной активности, 9 стран (в северной, южной и западной частях) – о широко распространенной активности гриппа.

В период повышенной заболеваемости ОРИ и гриппом следует соблюдать ряд простых правил:

соблюдайте правила гигиены рук – часто мойте руки с мылом. Если нет возможности помыть руки с мылом применяйте спиртсодержащие или дезинфицирующие салфетки;

чистите и дезинфицируйте с помощью бытовых моющих средств поверхности, с которыми часто соприкасаетесь (столы, стулья, дверные ручки и т.д.);

соблюдайте «респираторный этикет» (прикрывайте рот и нос платком, когда чихаете или кашляете, не трогайте руками нос, рот и глаза и т.д.);

избегайте посещения многолюдных мест и поездок, старайтесь избегать контактов на расстоянии менее 1 метра с людьми, имеющими симптомы ОРИ;

ведите здоровый образ жизни (полноценный сон и питание, оптимальная физическая активность).

В случае заболевания ОРИ и гриппом *очень важно следовать следующим рекомендациям:*

- при необходимости – обратиться к врачу и строго соблюдать все его рекомендации;
- соблюдать постельный режим;
- максимально ограничить свои контакты с домашними, особенно детьми, чтобы не заразить их;
- чаще проветривать помещение; все лекарственные препараты применять **ТОЛЬКО** по назначению врача.

Внимание родителей! Дети с признаками острой респираторной инфекции должны оставаться дома и не посещать дошкольные учреждения и школы.

Ситуация по заболеваемости острыми респираторными инфекциями и гриппом находится на постоянном контроле Министерства здравоохранения Республики Беларусь.