

Профилактика гриппа и ОРВИ



Что нужно знать о гриппе?

Грипп – это высококонтагиозная вирусная инфекция, распространенная повсеместно. Характерные клинические проявления гриппа: внезапное острое начало заболевания, сопровождающееся резким повышением температуры тела (выше 38°C), ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем. Болезнь может протекать легко, однако могут наблюдаться тяжелые формы течения вплоть до смертельных исходов.

Возбудители гриппа– вирусы типов А и В, которые отличаются агрессивностью, исключительно высокой скоростью размножения. За считанные часы после заражения вирус гриппа приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в нее бактерий. Это объясняет большее число бактериальных осложнений, возникающих при гриппе. Также важной особенностью вирусов гриппа является их способность видоизменяться: практически ежегодно появляются все новые варианты вирусов.

Чем опасен грипп?

Грипп крайне опасен своими осложнениями:

- Легочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.
- Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР органов (отит, синусит, ринит, трахеит).
- Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).
- Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Грипп часто сопровождается обострением имеющихся хронических заболеваний.

Как защитить себя от гриппа?

Основной мерой специфической профилактики гриппа является вакцинация.

Она осуществляется эффективными противогриппозными вакцинами, содержащими актуальные штаммы вирусов гриппа, рекомендованные Всемирной организацией здравоохранения на предстоящий эпидсезон.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана контингентам из групп риска: детям начиная с 6 месяцев, людям преклонного возраста, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания, транспорта. Вакцинация проводится не позднее, чем за 2-3 недели до начала эпидемического подъема заболеваемости.

В период эпидемического подъема заболеваемости рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики:

- Избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания;
- Сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- Носить медицинскую маску (марлевую повязку);
- Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их специальным средством для обработки рук;
- Осуществлять влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении;
- Вести здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность).

В целях повышения устойчивости организма к респираторным вирусам, в том числе, к вирусам гриппа, как мера неспецифической профилактики, используются (по рекомендации врача) различные препараты и средства, повышающие иммунитет.

Что делать, если Вы заболели гриппом?

Следует остаться дома и немедленно обратиться к врачу. Самолечение при гриппе недопустимо. Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее Вашему состоянию и возрасту. Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим во время болезни, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма. Рекомендуется обильное питье — горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды.

Для предупреждения распространения инфекции, больного следует изолировать от здоровых лиц (желательно выделить отдельную комнату). Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать, предметы обихода, а также полы протирать дезинфицирующими средствами.

Общение с больным, по возможности, следует ограничить. При уходе за больным гриппом следует использовать медицинскую маску (марлевую повязку).

Профилактика ОРВИ — тема актуальнейшая и очень всех волнующая. В подавляющем большинстве случаев, когда в быту или в средствах массовой информации произносится словосочетание «профилактика ОРЗ», речь идет именно о профилактике ОРВИ.

В г. Зее за 2017 год зарегистрировано 5359 случаев ОРВИ, показатель на 100 000 населения составил – 22699,40, что выше показателя за аналогичный период прошлого года (15680,54) на 44,8 %.

Среди заболевших 86,6% приходится на детей до 17 лет, среди них наибольший удельный вес составляют дети, посещающие дошкольные учреждения и школьники.

Показатель заболеваемости внебольничными пневмониями (151,01) выше прошлого года на 1 случай.

В Зейском районе за 2017 год зарегистрировано 1556 случаев ОРВИ, показатель на 100 000 населения составил – 10232,00, что ниже показателя за аналогичный период прошлого года (12653,47) на 19,1 %.

Среди заболевших 82,3% приходится на детей до 17 лет, среди них наибольший удельный вес составляют дети, посещающие дошкольные учреждения и школьники.

Показатель заболеваемости внебольничными пневмониями (12,88) выше прошлого года на 5 случаев или 47,9 % .

В Магдагачинском районе за 2017 год зарегистрировано 116 случаев ОРВИ, показатель на 100 000 населения составил – 470,30, что ниже показателя за аналогичный период прошлого года (871,89) на 46,1 %.

Среди заболевших 92,2% приходится на детей до 17 лет, среди них наибольший удельный вес составляют дети, посещающие дошкольные учреждения и школьники.

Показатель заболеваемости внебольничными пневмониями (86,82) ниже прошлого года на 82,5 %

В феврале 2017 г. в Магдагачинском районе зарегистрировано 2 случая лабораторно подтвержденного гриппа типа А (А/Н3N2). Среди заболевших гриппом 2 взрослых. Грипп зарегистрирован среди непривитых против этого заболевания.

По состоянию на 27.12.2017 г. в г. Зее, Зейском и Магдагачинском районах привито против гриппа в рамках Национального проекта более 25 тысяч человек, из них 9393 дети, что составляет 100% от запланированного количества. Охват прививками совокупного населения на территории г. Зеи, Зейского и Магдагачинского районов составил 44,0%.