

Федеральное бюджетное учреждение
здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии
в Курской области»

Филиал федерального бюджетного учреждения
здравоохранения «Центр гигиены и
эпидемиологии в Курской области в
Щигровском районе»

306530 Курская обл., г. Щигры, ул. Красная, д. 81

Тел/факс 4-20-65, факс 4-26-14

E-mail: mitrakova_is@46.rosпотребнадзор.ru

ОКПО 11082107, ОГРН 1054639017344,

ИНН/КПП 4632050564/462843001

«23» сентября 2020 г. № 26-01-19/ 549

Главам
г. Щигры
«Щигровского»
«Черемисиновского»
«Советского»
«Касторенского»
«Тимского»
«Мантуровского»
«Горшеченского» районов

Уважаемые руководители!

В период с 07 сентября по 12 октября 2020 года, ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области» проводит горячую линию по вопросам профилактики гриппа, ОРВИ, в том числе новой коронавирусной инфекции.

В связи с чем, прошу Вас информацию об актуальности профилактики ОРВИ, гриппа, внебольничных пневмоний и новой коронавирусной инфекции и мерах их профилактики разместить в местах доступных для населения и официальном сайте администрации.

Приложение: статья на 2-х листах.

Главный врач



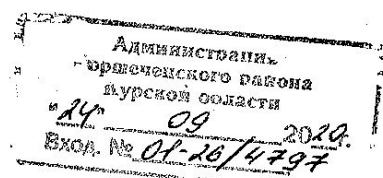
И.С. Митракова

И.С. Митракова

Черемисиновский район
В

*Письмо С.С.
Разместить на сайте
Щигровского о.ш
Черемисиновского о.ш
главы сс
С.С.*

М.А. Бондарев
8 (47145) 4-20-65



Профилактика гриппа. (информация на web-сайт)

Грипп остается одним из самых тяжелых вирусных заболеваний, которое может одновременно поражать большие массы населения. Заболеть гриппом может любой человек.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в период сезонных эпидемий гриппом болеет от 5 до 10% населения планеты (до 1 млрд человек), 650 тысяч из которых умирает.

Особенностью текущего эпидемического сезона будет являться одновременная циркуляция вирусов гриппа и новой коронавирусной инфекции, что значительно повышает риски для здоровья населения.

Грипп - острая вирусная инфекционная болезнь, с воздушно-капельным путем передачи возбудителя, характеризующаяся острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.



Заболевание начинается остро с резкого повышения температуры тела (до 38°C - 40°C), сухого кашля или першения в горле, и сопровождается симптомами общей интоксикации: ознобом, болями в мышцах, головной болью, болью в области глаз. Насморк и продуктивный кашель обычно появляются спустя 3 дня после снижения температуры тела. Кашель может сопровождаться болью за грудиной.

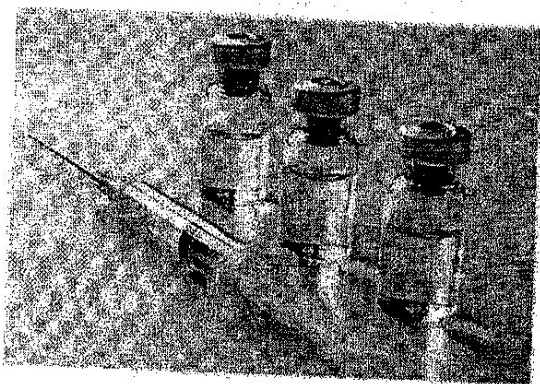
При легком течении заболевания эти симптомы сохраняются 3-5 дней, и больной обычно выздоравливает, но при этом несколько дней сохраняется чувство выраженной усталости.

Тяжелое течение гриппа сопровождается поражением нижних дыхательных путей с развитием пневмонии и признаками дыхательной недостаточности: появляется одышка или затрудненное дыхание в покое.

Грипп опасен осложнениями и риском смертельного исхода.

Вакцинация - это основной и самый эффективный способ профилактики заболевания гриппом и его опасных для жизни осложнений.

Поскольку сезон гриппа в 2020 году совпадает с эпидемией новой коронавирусной инфекции, особенно важно быть привитым против гриппа, и чем раньше будет проведена вакцинация, тем лучше.



Для иммунизации населения применяются вакцины, содержащие актуальные для будущего сезона штаммы вирусов гриппа, рекомендованные ВОЗ:

- A/Guangdong-Maonan /SWL1536/2019 (H1N1) pdm09;
- A/Hong Kong /2671/2019 (H3N2);
- B/Washington /02/2019(B / Victoria lineage).

Указанные штаммы на территории нашей страны ранее активно не циркулировали, именно поэтому профилактическая иммунизация необходима.

В Российской Федерации стартует прививочная кампания против гриппа.



Сентябрь - лучшее время для вакцинации, чтобы успеть выработать иммунитет, который защитит на протяжении всего сезона! Ведь для достижения достаточного уровня иммунитета потребуется две-три недели после прививки. В течение этого времени следует исключить контакты с лицами, с симптомами острых респираторных вирусных инфекций.

Вакцинации против гриппа в первую очередь подлежат лица, относящиеся к категории высокого риска заболевания гриппом и развития неблагоприятных осложнений, к которым относятся:

- лица старше 60 лет, прежде всего, проживающие в учреждениях социального обеспечения;
 - лица, страдающие заболеваниями эндокринной системы (диабет), нарушениями обмена веществ (ожирение), болезнями системы кровообращения (гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца), хроническими заболеваниями дыхательной системы (хронический бронхит, бронхиальная астма), хроническими заболеваниями печени и почек;
 - беременные женщины (вакцинируются только инактивированными вакцинами);
 - лица, часто болеющие острыми респираторными вирусными заболеваниями;
 - дети старше 6 месяцев, дети, посещающие дошкольные образовательные организации и (или) находящиеся в организациях с постоянным пребыванием (детские дома, дома ребенка);
 - школьники;
 - медицинские работники;
 - работники сферы обслуживания, транспорта, учебных заведений;
 - воинские контингенты.
- Лицам, не относящимся к вышеперечисленным категориям необходимо самостоятельно обратиться в поликлинику по месту жительства к участковому педиатру или терапевту для проведения вакцинации.

Вовремя проведенная вакцинация защита от тяжелых последствий гриппа!!!

Перечисленные выше осложнения могут быть опасными для жизни, поэтому важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить заболевание.

Правила профилактики гриппа предусматривают:



1. **Вакцинацию против гриппа до начала эпидемического сезона.** Введение в организм вакцины позволяет выработать защитные антитела и стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Эффективность вакцины от гриппа выше всех неспецифических медицинских препаратов - иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств и средств «народной медицины».
2. Сокращение времени пребывания в местах массового скопления людей.
3. Использование в местах массового скопления людей медицинских масок.
4. Предотвращение тесных контактов с лицами с симптомами респираторных инфекций.
5. Тщательное мытье рук и лица с использованием мыла с антимикробным эффектом после пребывания на улице и в общественном транспорте.
6. Обработку рук кожными антисептиками эффективными в отношении вирусов.
7. Промывание носа с использованием разрешенных средств после возвращения с улицы и пребывания в общественном транспорте.
8. Регулярную уборку и проветривание жилых помещений, увлажнение воздуха с использованием специальных устройств.
9. Употребление в пищу продуктов питания, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон), а также фитонциды (лук, чеснок).
10. Использование препаратов и средств, повышающих иммунитет по рекомендации врача.
11. Ведение здорового образа жизни - достаточный сон, сбалансированное питание и регулярные занятия физкультурой.

Соблюдение этих простых правил в предэпидемический период позволит защититься от гриппа и его опасных осложнений!

В случае появления симптомов респираторной инфекции не следует заниматься самолечением - необходимо остаться дома и вызвать на дом врача из поликлиники или скорой медицинской помощи. Помните, только специалист может правильно установить диагноз и назначить эффективное лечение!

Предупреждение осложнений гриппа. (информация на web-сайт)

С наступлением холодного времени года возрастает число заболевших гриппом и острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ).

Грипп - чрезвычайно заразная вирусная инфекция с воздушно-капельными и контактно-бытовыми путями передачи возбудителя.

Обычно грипп начинается внезапно. Вирусы гриппа отличаются агрессивностью и высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после инфицирования, поражают слизистые оболочки дыхательных путей, открывая возможность для проникновения в них бактерий.



Среди симптомов заболевания - повышение температуры тела до 38-40°C, озноб, чувство жара, головная боль, боли в мышцах, суставах, чувство усталости, кашель, насморк, боль и першение в горле.

Большинство людей болеют гриппом 5-7 дней.

У некоторых людей заболевание может протекать тяжело с развитием опасных для жизни

осложнений.

Группами риска по развитию опасных для жизни осложнений гриппа являются:

- дети,
- лица в возрасте старше 60 лет,
- лица с хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких и др.),
- лица с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность),
- лица с хроническими заболеваниями почек и печени (цирроз),
- лица с иммунодефицитными состояниями,
- беременные женщины.

Дети болеют гриппом тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, также, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

Вместе с тем, осложнения после гриппа могут возникнуть не только у лиц, входящих в группу риска, но и у молодых, до того здоровых лиц.

Осложнения при гриппе можно разделить на две группы:

1. Вызванные непосредственно действием вируса: отек легких, отек голосовых связок (чаще развивается у детей и проявляется приступами удушья), отек мозга, воспаление головного мозга и его оболочек (менингит, энцефалит, менингоэнцефалит), поражение сердца (эндокардит, миокардит, аритмии), поражение спинного мозга и периферических нервов (радикулит, невралгии и невропатии),

2. Вызванные микробной инфекцией (присоединившейся или активацией хронического очага в организме): пневмония, воспаление придаточных пазух носа (гайморит, фронтит), уха (отит), глотки (фарингит), миндалин (тонзиллит) и пр.