

В настоящий момент в Республике Алтай заболеваемость гриппом и ОРВИ сохраняется на неэпидемическом уровне. Отмечается сезонный рост заболеваемости ОРВИ. Фактическая заболеваемость ОРВИ за 46 неделю 2016 г. составила 627 случаев, что ниже эпидемического порога на -28,2%. Темп прироста по отношению к предыдущей неделе составил +4,15%.

В целом по республике и в г.Горно-Алтайске, за прошедшую 46 неделю, заболеваемость ОРВИ не превысила эпидемический порог по всем возрастным группам. Госпитализированы с диагнозом ОРВИ 22 человека все дети до 14 лет. Среди беременных зарегистрировано 3 случая заболеваемости ОРВИ.

За прошедшую 46 неделю года обследован на вирусы гриппа и ОРВИ 41 человек проведено 140 исследований. На сегодняшний день в регионе циркулируют вирусы не гриппозной этиологии. По результатам лабораторного мониторинга за циркуляцией респираторных вирусов, заболеваемость ОРВИ связана с вирусами не гриппозной этиологии (выделены ДНК аденовирусов) – у 3 человек.

Несмотря на то, что на сегодняшний день в Республике Алтай заболеваемость ОРВИ и гриппом ниже уровня эпидемического порога, в соседних регионах эпидемия гриппа уже началась.

Что мы знаем о гриппе? Каждую осень и зиму мы ждем очередной эпидемии. Существует много разновидностей вирусов гриппа, они постоянно меняются, поэтому мы боеем гриппом вновь и вновь. На первый взгляд большого различия между так называемой «простудой» и гриппом нет: симптомы практически одни и те же — температура, слабость, насморк, кашель. Но все же грипп гораздо чаще, чем другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ), вызывает осложнения — бронхит, пневмонию, гайморит, миокардит и т.д. Если у вас болит голова, «ломит» мышцы и суставы, слабость сковывает все тело, малейший шум, яркий свет сильно раздражают, возможны тошнота, рвота, температура тела повышается до 39 -40°С, нос заложен, но насморка почти нет — вполне вероятно, что у вас грипп! Эта болезнь начинается внезапно, ее симптомы в среднем отмечаются в течение 7 дней, для полного излечения может потребоваться две недели и более.

Но не так страшен сам грипп, как осложнения, вызванные этим заболеванием.

Наиболее частым осложнением гриппа является пневмония. Другие вторичные бактериальные инфекции, часто возникающие после гриппа - ринит, синусит, бронхит, отит. После гриппа часто наблюдаются обострения хронических заболеваний, таких как: бронхиальная астма и хронический бронхит, сердечно-сосудистые заболевания, нарушения обмена веществ, заболевания почек и др.

Поэтому не стоит забывать: При ухудшении самочувствия и появлении характерных симптомов необходимо обратиться за медицинской помощью, а не заниматься самолечением. Соблюдение режима, назначенного врачом, снижение нагрузок на организм позволяет уменьшить риск осложнений.

Родителям при заболевании ребенка даже в легкой форме не следует отправлять его в детский сад или школу. Это опасно не только для заболевшего, который может получить осложнение при несоблюдении постельного режима, но и для других детей, контактирующих с больным.

Не следует забывать, что нет такого заболевания, как простуда. Любое острое респираторное заболевание вызывается вирусом, который опасен для окружающих.

Больным лицам следует строго соблюдать правила респираторного этикета (сохранять дистанцию, закрывать рот при кашле и чихании разовыми салфетками или носовым платком, использовать одноразовые маски для себя и своих близких).

Для предупреждения заболевания вирусными инфекциями, укрепляйте иммунную систему. Этому способствует полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, занятия физкультурой, пребывание на свежем воздухе. При пребывании на улице необходимо одеваться в соответствии с погодными условиями, чтобы избежать как переохлаждения, так и перегревания. Старайтесь избегать переутомления и стрессовых ситуаций.

Уважаемые жители Республики Алтай! Специалисты Роспотребнадзора напоминают,

что в связи с ранним наступлением холодов необходимо уделить особое внимание своему здоровью! Заболеете вы или нет, в первую очередь, зависит и от вас самих, поэтому уделяйте больше внимания своему здоровью и здоровью своих близких! Будьте здоровы!