

В Республике Алтай за прошедшую неделю с 09.01. по 15.01.2017 года зарегистрировано превышение эпидемического порога по заболеваемости ОРВИ и гриппом на 23,2 %. Фактическая заболеваемость за 2-ю неделю составила 674 случая. Превышение эпидпорогов отмечается среди детей в возрастных группах от 3-х до 6 лет, и от 7 до 14 лет, а также среди взрослого населения.

За неделю госпитализировано с признаками ОРВИ и гриппа 42 человека, из них взрослых – 5, детей в возрасте от 0 до 2 лет – 25, с 3 до 6 – 9 человек, с 7 до 14 лет – 3. Среди беременных зарегистрировано 2 случая заболеваемостью ОРВИ.

В рамках лабораторного мониторинга за последнюю неделю на вирусы гриппа и ОРВИ обследовано 49 человек, положительных к вирусу гриппа А (H3N2) – 2 случая (2 взрослых). Всего на 16.01.2017 г. зарегистрировано 19 случаев гриппа А (H3N2), методом ПЦР. Среди заболевших 17 человек до 17 лет, в том числе 9 детей из организованных коллективов.

В г. Горно-Алтайске уровень заболеваемости ОРВИ по совокупному населению также выше эпидпорога на 27,7%, отмечается превышение эпидпорога среди детей от 7-14 лет на 22,3 % и среди взрослого населения на 11,6 %.

Рост заболеваемости ОРВИ по отношению к предыдущей неделе зарегистрирован в Майминском, Онгудайском, Усть-Канском, Усть-Коксинском, Чемальском, Чойском районах.

В связи с превышением уровня заболеваемости эпидемического порога главным государственным санитарным врачом региона принято [постановление № 1 от 16.01.2017 «О введении ограничительных мероприятий \(карантина\) по гриппу и острым респираторным вирусным инфекциям в организациях и на объектах, расположенных на территории Республики Алтай»](#)

. Постановлением рекомендовано введение запрета на проведение массовых мероприятий, введение масочного режима на объектах, запрета на посещение больных в стационарах, учреждениях с круглосуточным пребыванием людей, усиление санитарно-дезинфекционного режима на объектах.

Главам муниципальных учреждений рекомендовано обеспечить контроль соблюдения температурного режим на социальных объектах, предоставление дополнительного транспорта для обслуживания больных на дому, проведение мероприятий по своевременной уборке снега для беспрепятственного проезда машин «скорой помощи» для оказания неотложной помощи населению, а также взаимодействие с руководителями аптечной сети по недопущению необоснованного роста цен на противовирусные препараты.

Министерству образования и науки рекомендовано усилить контроль за проведением санитарно-дезинфекционного режима в учреждениях образования, своевременно принимать меры по приостановлению учебного процесса в случае отсутствия на занятиях более 20 % учащихся, проводить «утренний фильтр» по предупреждению нахождения на занятиях учеников с признаками ОРВИ.

Карантин вводится на территории Республики Алтай с 17 января 2017 года.

Уважаемые жители и гости Республики Алтай, в период 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) которую необходимо менять каждые 3 часа;
- 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).

- Родителям стоит внимательно следить за питанием и формой одежды своих детей, а также помнить, что плохое настроение ребенка может быть первым симптомом болезни. Когда у ребенка отмечается недомогание и повышенная температура, не стоит сбивать ее и тут же отправлять чадо в школу или детский сад. Этим вы только усугубите состояние здоровья ребенка и будете способствовать распространению заболевания.

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, витамины. Помните, что наибольшее количество витамина С содержится в квашеной капусте, клюкве, лимонах, киви, мандаринах, апельсинах, грейпфрутах. Так же укреплению иммунной системы способствует полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, занятия физкультурой, пребывание на свежем воздухе. Старайтесь избегать переутомления и стрессовых ситуаций.

### **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).