



Во время недели профилактики сердечно-сосудистых заболеваний Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай напоминает о важности своевременной профилактики как сердечно-сосудистых заболеваний, так и сезонных инфекций, в частности гриппа, который способен нанести серьезный вред сердечно-сосудистой системе.

### **Грипп и сердце — скрытая угроза**

Грипп ошибочно воспринимается многими как безобидная сезонная инфекция, которую можно “переболеть на ногах”. Однако вирус гриппа оказывает значительное системное воздействие на организм. У людей с хроническими сердечно-сосудистыми заболеваниями грипп может спровоцировать обострение, а у ранее здоровых — стать пусковым механизмом для развития таких состояний, как:

- Миокардит (воспаление сердечной мышцы)
- Перикардит (воспаление сердечной сумки)
- Тахикардии
- Острая сердечная недостаточность
- Инфаркт миокарда, особенно у пожилых людей

Согласно международным данным, риск развития инфаркта миокарда в течение недели после перенесённого гриппа увеличивается в 6–10 раз.

### **Эпидемиологическая ситуация в Республике Алтай**

По итогам эпидсезона 2024–2025 годов в Республике Алтай зарегистрировано 1075 случаев заболевания гриппом, показатель заболеваемости составил 510,04 на 100 тысяч населения. Из них 415 случаев пришлось на детей (показатель — 196,90).

На долю вирусов гриппа А и В пришлось соответственно 524 и 551 случаев, что говорит о почти равном распространении двух типов вируса. Для сравнения: в предыдущем сезоне из 717 заболевших 701 случай пришёлся на вирус гриппа А и лишь 16 — на грипп В.

### **Профилактика — эффективный способ защиты**

Наиболее надёжным способом предотвращения осложнений, включая сердечные, остаётся вакцинация против гриппа.

- В 2024 году в Республике Алтай было привито 106 654 человека, в том числе 38 314 детей.
- В соответствии с Национальным календарём профилактических прививок, в 2025 году планируется привить 139 586 человек, включая 41 204 ребёнка.

Прививочная кампания традиционно начинается с августа, сразу после поступления вакцины в медицинские организации. Жители региона могут обратиться в поликлинику по месту жительства или в мобильные прививочные пункты.

Вакцинация снижает риск тяжёлого течения гриппа, госпитализаций, летальных исходов и осложнений со стороны сердца. Особенно важно прививаться людям из групп риска:

- С хроническими заболеваниями сердца, лёгких, почек

- Лицам старше 60 лет

- Беременным женщинам

- Детям

- Медицинским работникам и педагогам

Что важно помнить:

- Переносить грипп «на ногах» — крайне опасно, особенно при наличии сердечно-сосудистых заболеваний.

- Даже при лёгких симптомах гриппа важно соблюдать постельный режим и обратиться к врачу.

- Самолечение, особенно с применением кардиотропных или жаропонижающих средств без контроля, может усугубить состояние.

Берегите своё сердце — вакцинируйтесь вовремя и не игнорируйте симптомы!

Поддерживайте здоровье профилактикой, а не лечением осложнений.