



По итогам прошедшей недели в Республике Алтай регистрируется дальнейшее снижение уровня заболеваемости ОРВИ и гриппом. Заболеваемость ОРВИ по совокупному населению ниже уровня эпидемического порога на 33 %.

За неделю зарегистрировано 900 обращений граждан за медицинской помощью с признаками ОРВИ и гриппа. Среди заболевших 445 детей до 14 лет. По сравнению с предыдущей неделей наблюдается снижение заболеваемости по совокупному населению на 37 %.

По результатам лабораторных исследований материалов от заболевших в сезоне 2021 года выявлено 78 случаев гриппа А (H3N2), в том числе у 50 детей.

Самым надежным способом профилактики гриппа является вакцинация. В Республике Алтай осенью текущего года привито против гриппа 105 тысяч жителей или 47,5 % всего населения. Это мало для создания коллективного иммунитета, поэтому риск заболеть гриппом высокий.

Снижение уровня заболеваемости не означает, что можно пренебрегать мерами профилактики ОРВИ. В регионе продолжается циркуляция коронавирусной инфекции, накануне праздников везде много людей, риск заболеть увеличивается.

**Меры профилактики гриппа, коронавируса и других ОРВИ одинаковы. Даже если вы привиты, не стоит ими пренебрегать. Для того, чтобы не заболеть:**

- по возможности избегайте контакта с больными людьми, используйте маску для защиты органов дыхания, воздержитесь от посещения мест с большим скоплением людей.

- Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Используйте средства для обработки рук на основе спирта.
  
- Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания, а не руками.
  
- Соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
  
- Питайтесь правильно. Полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты) позволяет укреплять иммунитет и противостоять вирусам.
  
- Ведите здоровый образ жизни: занимайтесь физкультурой, гуляйте на свежем воздухе.
  
- По назначению врача возможен прием иммуномодулирующих препаратов.

По вопросам профилактики гриппа, ОРВИ, коронавируса консультацию можно получить в отделе эпидемиологического надзора Управления Роспотребнадзора по Республике Алтай по телефону: 64-3-79, 6-46-50.