



С начала эпидемического сезона (с 1 сентября 2025 года) случаев гриппа на территории Республики Алтай не зарегистрировано. Заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ) сохраняется на уровне сезонных значений.

За 40-ю неделю 2025 года зарегистрировано 872 случая ОРВИ, из них 534 — среди детей в возрасте от 0 до 14 лет.

В рамках мониторинга за циркуляцией возбудителей вирусных инфекций обследовано 258 человек, проведено 1 872 лабораторных исследования. Случаев гриппа не выявлено. Зафиксированы единичные случаи парагриппа, РС-вирусной и аденовирусной инфекции, а также 50 случаев риновирусной инфекции и 24 случая COVID-19.

По прогнозам, в ближайшие месяцы ожидается рост заболеваемости. Именно сейчас - наиболее благоприятное время для вакцинации, чтобы организм успел сформировать иммунитет до начала активного распространения вируса.

### **Меры профилактики**

Вакцинация остаётся основной и наиболее эффективной мерой профилактики гриппа и других респираторных инфекций. После прививки организму требуется около двух недель для формирования устойчивого иммунного ответа, поэтому важно сделать её заранее.

Перед вакцинацией необходимо проконсультироваться с врачом, чтобы исключить противопоказания и подобрать подходящую вакцину. Особенно важно это для детей, пожилых людей и лиц с хроническими заболеваниями.

К основным мерам профилактики воздушно-капельных инфекций относятся:

- вакцинация против гриппа;
- соблюдение респираторного этикета (прикрывание рта и носа при кашле и чихании);
- регулярное мытьё рук с мылом;
- проветривание и влажная уборка помещений;
- ограничение контактов с заболевшими;
- сбалансированное питание, полноценный сон и физическая активность, способствующие укреплению иммунной системы.

Развенчание распространённых мифов

**Миф 1:** от прививки можно заболеть гриппом.

Это не соответствует действительности. Современные противогриппозные вакцины не содержат живого вируса, поэтому не могут вызвать заболевание. Лёгкая кратковременная реакция организма (недомогание, повышение температуры) свидетельствует о формировании иммунного ответа.

**Миф 2:** если человек редко болеет, вакцинация ему не нужна.

Закаливание и здоровый образ жизни укрепляют организм, но не обеспечивают специфической защиты от вируса. Даже человек с крепким иммунитетом может заразиться и стать источником инфекции для окружающих.

Профилактика гриппа и других ОРВИ — это совместная ответственность каждого. Важно своевременно прививаться, соблюдать меры личной гигиены и обращаться за медицинской помощью при первых симптомах заболевания.

В эпидемический сезон 2024–2025 годов в Республике Алтай зарегистрировано 1 075 случаев гриппа, из них 415 — среди детей. Зафиксировано три летальных исхода, все заболевшие не были привиты и имели сопутствующие хронические заболевания. Простые меры предосторожности позволяют сохранить здоровье и предотвратить тяжёлые последствия инфекции.