

В сентябре 2023 года в эпидемиологических сводках снова стал актуален коронавирус. Рост заболеваемости отмечается во многих странах мира, в том числе в России.

«Пирола» — это вариант «Омикрона», названный вирусологами штаммом BA.2.86. Впервые он был выявлен 24 июля, а 17 августа Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) отнесла «Пиролу» к категории «находящихся под наблюдением» (VUM). Главное отличие нового штамма коронавируса в том, что «Пирола» имеет несколько мутаций и более заразна даже по сравнению со считавшимся опасным «Омикроном».

На данный момент специалисты не выявили специфических симптомов «Пиролы», заявляя, что штамм может проявляться так же, как и предыдущие подвиды. Основные симптомы:

- высокая температура тела;
- заложенность носа, затрудненное дыхание;
- кашель и першение в горле;
- общая слабость, озноб, головная боль, ломота в теле;
- сниженный аппетит, возможны диарея, тошнота, рвота;
- возможна потеря обоняния.

Из-за ограниченных данных о новом штамме, в настоящий момент нельзя точно предсказать, какие могут быть последствия для здоровья человека. Новые штаммы могут вызывать более тяжелые формы болезни, оставаться бессимптомными, или иметь иные неизвестные характеристики.

Рекомендации по профилактике коронавирусной инфекции остаются прежними:

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками. Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра от больных. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбросить.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. □ ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ СПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса. Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися

воздушно-капельным путем.

**ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ,
КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.