

За 48 неделю (с 25.11. по 01.12. 2013г) в Республике Алтай зарегистрирован уровень заболеваемости респираторными инфекциями ниже эпидемического порога на 65,3%. В лечебные учреждения по поводу острых респираторных инфекций обратилось 611 человек. Более высокая заболеваемость на прошедшей неделе отмечена среди детей в возрасте с 3 до 6 лет (170 человек), что составило 27,8% от числа заболевших. Госпитализировано 15 человек, из них 14 детей до 14 лет.

В рамках мониторинга за циркуляцией вирусов гриппа и других респираторных вирусов на прошедшей неделе исследован лабораторно материал от 15 больных ОРВИ, из числа обследованных положительных 2 - парагрипп.

Не смотря на то, что заболеваемость ОРВИ сохраняется на неэпидемическом уровне не стоит забывать про простые правила профилактики, ведь любое заболевание легче предупредить, чем лечить его.

Основной мерой профилактики гриппа является вакцинация. Иммунизация против гриппа снижает риск заражения гриппом и защищает от появления осложнений.

Охват прививками против гриппа населения республики в целом составил 32 % (64816 человек), в т.ч. за счет федерального бюджета привито 62000 человек. Из других источников (за счет средств работодателей, личных средств граждан) привито 2816 человека.

Установлено, что 80 человек из 100 получивших прививку не заболевают гриппом. Остальные 20% привитых переносят заболевание в легкой степени тяжести и без осложнений. Таким образом, отсутствие на работе составит в среднем не более 3-5 дней. Кроме этого, установлено, что каждый четвертый привитый против гриппа не заболевает другими острыми респираторными инфекциями.

Даже если вы уже получили прививку против гриппа, не забывайте про неспецифические меры профилактики. Укрепляйте иммунную систему. Этому способствует полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, занятия физкультурой, пребывание на свежем воздухе. При пребывании на улице необходимо одеваться в соответствии с погодными условиями, чтобы избежать как переохлаждения, так и перегревания. Старайтесь избегать переутомления и стрессовых ситуаций.

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.

Если вы все-таки заболели, 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.

Будьте здоровы!