

## Информационный материал к Единому дню здоровья «День профилактики гриппа и ОРВИ»

В декабре 2022 года начался подъем заболеваемости различными острыми респираторными вирусными инфекциями, вызванными вирусами гриппа, парагриппа, коронавирусом, респираторно-синцитиальным вирусом, аденовирусом, и др. В настоящее время среди вирусов гриппа доминируют вирусы типа А(Н1N1). Сезонный подъем заболеваемости гриппом был ожидаем, подобная ситуация регистрируется во всем мире. Вирус гриппа А, циркулирующий в настоящее время (или как ранее его называли «свиной грипп») утратил свой пандемический потенциал. В период подъема заболеваемости COVID-19 он и другие респираторные вирусы были вытеснены коронавирусом и сейчас идет естественный процесс возвращения в эпидпроцесс вирусов, которые циркулировали всегда.

Все ОРВИ имеют некоторые общие симптомы, вроде недомогания, насморка, кашля и повышения температуры, отдельные симптомы могут отличаться, в зависимости от возбудителя. Так, если риновирус чаще не вызовет ничего, кроме насморка, то респираторно-синцитиальный вирус, может поражать нижние дыхательные пути (бронхи и бронхиолы), вызывая более тяжелое течение заболевания, особенно у маленьких детей. Грипп проявляется высоким стойким повышением температуры в течение 3-5 дней. А аденовирусная инфекция отличается большей длительностью (температура, боль в горле, конъюнктивит могут держаться до 2-х недель).

Основной мерой профилактики против гриппа и коронавирусной инфекции является вакцинация. Наибольший риск тяжелого течения заболеваний у детей, пожилых пациентов, беременных женщин, людей с хроническими заболеваниями и сниженным иммунитетом. Представителям групп риска крайне важно вакцинироваться.

Завершена вакцинация населения области против гриппа с охватом более 40% от численности населения, в том числе более 75% от численности контингентов групп риска.

Для поддержания здоровья важно соблюдать также меры неспецифической профилактики: по возможности сохранять безопасную дистанцию в местах массового скопления людей или использовать защитную маску, придерживаться респираторного этикета и др.

На объектах области поддерживаются необходимые условия для профилактики заболеваний: соблюдаются режимы уборки и санобработки помещений, проветривания, имеются санитайзеры для обработки рук антисептиком и т.д.

Медицинские работники продолжают разъяснительную работу среди населения о необходимости соблюдения всех мер профилактики: здоровый образ жизни, активные занятия спортом, частое пребывание на свежем воздухе, правильное и здоровое питание, отказ от курения, полноценные сон и отдых. Проветривание помещений – гриппу «по вкусу» теплый, сухой воздух закупоренного помещения.

И главное – при появлении признаков заболевания важно не подвергать опасности свое здоровье и своевременно обращаться за медицинской помощью.

Заведующий отделением  
иммунопрофилактики  
ГУ «Витебский ОЦГЭ и ОЗ»

В.В.Кирейчук