

Территориальный отдел Роспотребнадзора рекомендует нижегородцам соблюдать меры профилактики гриппа и ОРВИ.

Роспотребнадзор: заболеваемость гриппом и ОРВИ в области остаётся напряженной.

На 1 неделе 2023 года (с 02.01.23 по 08.01.23) на территории Нижегородской области отмечается снижение заболеваемости гриппом и ОРВИ во всех возрастных группах. Эпидпорог по заболеваемости гриппом и ОРВИ по совокупному населению не превышен.

Несмотря на снижение заболеваемости, ситуация остается непростой. Обращения граждан в медучреждения в праздники были минимальны, и в настоящее время количество обратившихся лиц за медицинской помощью будет увеличиваться в связи с необходимостью оформления ими больничных листов или ухудшения состояния здоровья.

Заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями обусловлена преимущественно вирусами гриппа, доля которого в общей циркуляции 91,1%. (за указанную неделю лабораторно подтвержден вирус гриппа у 144 человек). Отмечено увеличение находок вирусов гриппа В и снижение активности гриппа А (H1N1 pdm09). Из числа респираторных вирусов не гриппозной этиологии лидерство остается за риновирусами и парагриппом.

Управление Роспотребнадзора призывает родителей не отправлять детей с признаками респираторных инфекций в организованные детские коллективы (школы, детсады и пр.), а также ограничить посещение общественных мест людьми, не привитыми против гриппа.

В регионе привито против гриппа более 1,4 миллиона нижегородцев (46,5 % от населения области), в том числе более 300 тыс. детей.

Для сохранения здоровья населения Территориальный отдел Роспотребнадзора напоминает о необходимости профилактики по предупреждению заболеваний ОРВИ и гриппом:

- пользуйтесь маской в местах скопления людей;
- избегайте тесного контакта с людьми, которые имеют признаки гриппа, ОРВИ, мест массового скопления людей в закрытых помещениях;
- чаще проводите влажные уборки помещений и проветривание
- после посещения массовых мероприятий, после улицы и общественного транспорта тщательно мойте руки с мылом;
- прикрывайте рот и нос салфеткой/платком при кашле, чихании;
- употребляйте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон);
- при наличии симптомов заболевания – оставайтесь дома и обратитесь к врачу;

Управление Роспотребнадзора напоминает нижегородцам основные правила ношения медицинской маски. Любой человек, находящийся в пределах

одного метра с чихающим и кашляющим больным, рискует заразиться гриппом. Защититься от вируса поможет маска, но только при ее правильном использовании и в сочетании с другими мерами профилактики.

- Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей (в общественном транспорте, в поликлинике, в магазине, кинотеатре и т.д.), а также при уходе за больным. **Совершенно нецелесообразно носить ее на открытом воздухе.** Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

- Маски могут быть одноразовыми или могут применяться многократно в течение определенного времени. В зависимости от конструкции их меняют каждые 2, 4, 6 часов.

- Маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров.

- Старайтесь не касаться маски. Если это произошло, тщательно вымойте руки с мылом или протрите гигиеническими влажными салфетками. Если вы ухаживаете за больным гриппом, после окончания контакта с ним маску следует немедленно снять и тщательно вымыть руки

- Использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.