

**Профилактика вирусных инфекций**

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Семилукском, Нижнедевицком, Репьевском, Хохольском районах информирует население о том, что за 46 неделю наблюдения (11.11.2024г.-17.11.2024г.) за медицинской помощью по заболеваемости ОРВИ в БУЗ ВО "Нижнедевицкая РБ", обратился 21 заболевший, что выше в 1,2 раза по сравнению с 45 мониторируемой неделей.

 По состоянию на 18.11.2024г. по Нижнедевицкому району показатель заболеваемости Covid-19 по сравнению с предыдущей неделей остался на прежнем уровне.

Заболеваемость респираторными вирусными инфекциями в настоящее время обусловлена преимущественно респираторными вирусами не гриппозной этиологии  — риновирусами, аденовирусами, вирусами парагриппа, РС-вирусами и др.
В области продолжается прививочная кампания против гриппа.  В настоящее время прививками охвачено более 840 тыс.населения области, нежелательных явлений (осложнений) после иммунизации у привитых не зарегистрировано.
Наиболее благоприятным для вакцинации против гриппа является период с сентября по ноябрь, в преддверии сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ. Учитывая, что пик заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями  и гриппом приходится на январь-март, то привиться нужно успеть именно до декабря. Для создания полноценной защиты после прививки организму необходимо от 14 до 30 суток (время выработки антител). За этот период накапливается достаточно большое количество защитных антител. Защитный уровень антител сохраняется от нескольких месяцев до полугода. Затем их количество снижается. Вакцинация против гриппа предотвращают заражение гриппом, смягчает его течение, снижает частоту госпитализации особенно осложненных форм.

Вакцинация против COVID-19 в настоящее время не проводится в связи с отсутствием тяжелых форм заболевания, но также как при гриппе и ОРВИ необходимо соблюдать комплекс общих мероприятий.

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Семилукском, Нижнедевицком, Репьевском, Хохольском районах напоминает, что уменьшить риск заражения гриппом, острыми респираторными вирусными инфекциями и COVID-19 помогут простые меры неспецифической профилактики:

– использовать средства защиты органов дыхания (маску) при  контакте с людьми, больными респираторными инфекциями;

– по возможности избегать контакта с больными ОРВИ и посещения мест массового скопления людей;

– прикрывать рот и нос салфеткой/платком при кашле, чихании;

– избегать касаний носа, губ, век немытыми руками;

– при мытье рук, по возможности, использовать кожные антисептики или  мыло;

– для соблюдения гигиены дома и на работе пользоваться одноразовыми салфетками, полотенцами;

– чаще бывать на воздухе, одеваться в соответствии с погодой;

– включить в ежедневный рацион питания фрукты, овощи;

– находить время для отдыха, регулярно проветривать помещения и делать в них влажную уборку.

При выявлении больных ОРВИ среди членов семьи примите меры по их изоляции в отдельном помещении, выделить отдельную посуду, столовые приборы, предметы ухода, регулярно проветривайте помещения, где находится заболевший.
При появлении первых признаков заболевания обращайтесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением, не ходите на работу, не посылайте детей в детские сады, школы, на массовые мероприятия! Этим вы создаете угрозу заражения других.

Ситуация остается на контроле Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Семилукском, Нижнедевицком, Репьевском, Хохольском районах.

 **Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансировано питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой. Здоровья Вам и Вашим близким!**

Главный специалист-эксперт ТО Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Семилукском, Нижнедевицком, Репьевском, Хохольском районах

 Литвинова Надежда Ивановна