

О заболеваемости ОРВИ в Ростовской области и городе Ростове-на-Дону и мерах профилактики

В ходе еженедельного мониторинга за 01 неделю (02.01.2023 – 08.01.2023) в целом среди совокупного населения Ростовской области зарегистрировано более 9,0 тыс. случаев заболевания ОРВИ и гриппа (22,2 на 10 тысяч населения), что на 12,6 % ниже эпидемического порога. Показатель превысил толерантные уровни в возрастных группах: 15 лет и старше на 22,9 %, был ниже в возрастных группах 0 - 2 года – на 45,4 %, 3 – 6 лет – на 59,3 %, школьники 7 – 14 лет – 57,8 %, показатель заболеваемости был ниже уровня 52 недели 2022 с темпом снижения на 62,2 %.

На 01 неделе 2023 частота госпитализации заболевших ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 1,4; абсолютное число госпитализированных с диагнозом ОРВИ уменьшилась на 55,1 % в сравнении с 52 неделей 2022 года (131 госпитализированный против 292 на 52 неделе 2022).

Вместе с тем в связи с выходом на работу, возвращений с каникул, из путешествий после праздничных дней есть высокие риски изменения тенденции заболеваемости ОРВИ и гриппом в сторону роста.

Чтобы предупредить рост заболеваемости ОРВИ и гриппом Управление Роспотребнадзора по Ростовской области повторно информирует о мерах профилактики респираторных вирусных инфекций:

- часто мойте руки с мылом; мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками;

- соблюдайте социальное дистанцирование и респираторный этикет; вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метров от больных. Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями. Надевайте маску, чтобы уменьшить риск заболевания. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые

после использования нужно выбрасывать. Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания;

- 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;

- защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски; среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

В случае появления признаков болезни (подъем температуры тела, кашель, насморк, боль в горле, боль в мышцах и др.) необходимо обратиться к врачу. Эта мера предосторожности поможет защитить Вас от возможных осложнений.