

## О заболеваемости ОРВИ в Ростовской области и городе Ростове-на-Дону на 10 неделе 2018 и меры профилактики

В ходе еженедельного мониторинга на 10 неделе (05 марта 2018 – 11 марта 2018 года) в целом по области зарегистрировано более 10,8 тысяч случаев заболевания ОРВИ, составив 25,6 на 10 тысяч населения, что на 47,7 % ниже эпидемического порога. В городе Ростове-на-Дону, зарегистрировано более 3,6 тысяч случаев, составив 32,8 на 10 тыс. населения, что на 48,5 % ниже эпидемического порога.

На прошедшей неделе частота госпитализации от заболевших гриппом и ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 2,5; абсолютное число госпитализированных с диагнозом грипп и ОРВИ уменьшилось на 50,3 % в сравнении с 09 недель 2018 года.

По данным вирусологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области за вышеуказанный период обследовано 94 человека с диагнозом ОРВИ и выявлено 23 положительных результата; вирусы гриппа определены в 9 случаях и представлены вирусом гриппа А (H1N1)pdm09 (6), вирусом гриппа А (H3N2) (2) и вирусом гриппа В (1). Было диагностировано 14 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 3 случаях они были вызваны – аденовирусами, 1 - РС-вирусом и 10 – др. вирусами).

Для того чтобы уберечься от гриппа, ОРВИ и защитить своих близких, еще раз напомним, что основным путем передачи вируса гриппа является воздушно-капельный. И больной человек наиболее заразен для окружающих первые 3–4 дня болезни, хотя выделение вируса возможно на протяжении всего заболевания и даже в период выздоровления. Известно, что вирус гриппа во внешней среде живет 2 – 8 часов, а погибает под воздействием высоких температур (75–100°С), а также - дезинфицирующих средств.

Важно соблюдать «респираторный этикет». Стараться, по возможности, держаться от лиц с признаками ОРВИ на расстоянии примерно 1 м. Тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащими средствами для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям). Регулярно проветривайте помещения вашего жилого дома или офиса путем открывания окон, в

тоже время избегайте сквозняков.

Если вы ухаживаете за больным человеком, вам необходимо надевать маску при близких контактах с ним, после чего незамедлительно утилизировать маску и тщательно вымыть руки. Вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

И главное, 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. Не следует заниматься самолечением.