

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

В ходе еженедельного мониторинга на 51 неделе (16 декабря – 22 декабря 2019 года) в целом по области зарегистрировано более 12,4 тысяч случаев заболевания ОРВИ, показатель на 10 тысяч населения составил 29,4, что на 7,4 % ниже эпидемического порога. На неэпидемическом уровне сохраняется заболеваемость и в городе Ростове-на-Дону, где зарегистрировано более 3,8 тысяч случаев, показатель на 10 тыс. населения составил 34,4, что ниже на 43,5 % эпидемического порога.

На 51 неделе частота госпитализации от заболевших ОРВИ по населению в целом по Ростовской области составила 2,8; абсолютное число госпитализированных с диагнозом грипп и ОРВИ осталось на уровне 50 недели 2019 года.

По данным вирусологического мониторинга за гриппом и ОРВИ в Ростовской области за вышеуказанный период обследовано 62 человека с диагнозом ОРВИ и выявлено 32 положительных результата; вирусы гриппа определены в 8 случаях и представлены вирусом гриппа В.

Было диагностировано 30 случаев заболеваний негриппозной этиологии (в 3-х случаях они были вызваны – вирусами парагриппа, 5 - аденовирусами, 8 - РС-вирусом и 14 – др. вирусами).

Управление Роспотребнадзора по Ростовской области напоминает, 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 периода заболевания. Известно, что вирус гриппа погибает под воздействием высоких температур (75 - 100°С), а также дезинфицирующих средств, вирус во внешней среде живет 2 – 8 часов.

Люди, инфицированные вирусом гриппа, начинают распространять возбудителя инфекции за день до появления первых симптомов заболевания вплоть до седьмого дня болезни.

Уже в первые часы заболевания температура тела достигает максимальных показателей – 39 - 40 °С, появляется резкая слабость, выраженные головные и мышечные боли, боль при движении глазными яблоками или при надавливании на них. Катаральный синдром часто отступает на второй план: проявляется сухостью и ощущением першения в горле, заложенностью носа, сухим кашлем. У некоторых людей грипп сопровождается тошнотой, рвотой и диареей.

Вирус гриппа, размножаясь в респираторном тракте, вызывает разрушение эпителия, функцией которого является очищение дыхательных путей от пыли, бактерий. Если эпителий разрушается, он уже не может в полной мере выполнять свои защитные функции и бактерии с большей легкостью проникают в легкие. Таким образом, появляется опасность развития **наиболее частого осложнения гриппа - пневмонии**. Другие бактериальные инфекции, часто возникающие после гриппа – синусит, бронхит, отит, миокардит. После гриппа часто наблюдаются обострения хронических заболеваний, таких как: бронхиальная астма, хронический бронхит, сердечнососудистые заболевания, сахарный диабет и др. Осложнения после гриппа могут быть очень серьезными, нанести непоправимый вред Вашему здоровью и здоровью Ваших близких.

Существуют так называемые группы риска (по возможным осложнениям) - это лица, среди которых наиболее вероятно развитие осложнений от гриппа:

- беременные;
- лица старше 60 лет;
- лица, страдающие хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистые, сахарный диабет, хроническое заболевание легких, лица с иммунодефицитом);
- часто болеющие острыми респираторными инфекциями;

- дети дошкольного возраста;
- школьники;
- медицинский персонал;
- работники сферы обслуживания;
- работники транспорта;
- работники учебных заведений;
- воинские контингенты.

Очень важно для профилактики гриппа и ОРВИ укреплять защитные иммунные механизмы в течение всего года, особенно в зимний период в подъем заболеваемости этими инфекциями. Для этого необходимо:

- вести активный и здоровый образ жизни;
- следить за рационом питания, он должен быть сбалансированным;
- проводить закаливающие процедуры (перед проведением обязательно проконсультироваться с врачом).

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.