

## Об иммунизации против гриппа в Ростовской области и мерах профилактики

В Ростовской области проводится предсезонная прививочная кампания. На 08.11.2021 в целом по области против гриппа привито 34 % от численности населения области. В Ростовской области проводится еженедельный вирусологический мониторинг гриппа и ОРВИ. По результатам исследований клинического материала с 34 недели 2021 пробы отобраны от 168 больных вирусологической лабораторией ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области» вирус гриппа определен в 12-и случаях и представлен вирусом гриппа А(Н3N2). Было диагностировано 56 случаев заболевания негриппозной этиологии, в том числе в 25 случаях они были вызваны РС-вирусом, 2 - аденовирусом и 28 - др. вирусами (риновирус, бокавирус, парагрипп).

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.