

ЧЕЛЯБИНСКАЯ ОБЛАСТЬ ГОТОВА К БОРЬБЕ С ОРВИ И ГРИППОМ

С сентября минувшего года на Южном Урале выявлено 5 лабораторно-подтвержденных случаев гриппа. Медицинские специалисты настоятельно рекомендуют обращаться в больницу при малейших симптомах и ни в коем случае не заниматься самолечением.

Ситуация в Челябинской области в данный момент расценивается как **неэпидемическая**. За третью неделю 2016 года (11 января по 17 января) в Челябинской области зарегистрировано 22092 случая ОРВИ и гриппа, что выше уровня предыдущей (праздничной) недели в 2,9 раза по всем возрастным группам. В сравнении с последней рабочей неделей (21 декабря по 27 декабря) уровень заболеваемости снизился на 4%, при этом снижение заболеваемости отмечено среди детей до 2 лет на 5,5%, 3-6 лет – на 17%, 7-14 лет – 20%, среди взрослого населения отмечен прирост на 32%.

Уровень заболеваемости ниже эпидемического порога на 4,8%, в том числе среди детей 3-6 лет – на 19%, школьников 7-14 лет – 22%, среди взрослых – на 39%. Среди детей до 2 лет порог превышен на 9%. Превышение порогов среди совокупного населения отмечено в 8 из 38 муниципальных образований Челябинской области.

По состоянию на 18.01.2016 года на госпитализации в медицинских организациях Челябинской области находится с диагнозами «грипп», «ОРВИ» и «пневмония» 789 больных (в том числе в тяжелом состоянии 5 человек), из них 512 детей и 9 беременных.

Зарегистрирован 1 случай лабораторно-подтвержденного гриппа А (H1N1)sw/2009 с летальным исходом в Миассе у пенсионерки, скончавшейся от пневмонии, развившейся на фоне заражения гриппом. Женщина обратилась за помощью к врачу только на 5 день болезни и не была привита от гриппа.

Лечебные учреждения Челябинской области готовы к традиционному росту заболеваемости. В 2015 году в регионе прошла ежегодная прививочная кампания, в ходе которой иммунитет к гриппу приобрели 29,2% южноуральцев. В этом году привиты 3 тысячи ветеранов ВОВ, а также все призывники и люди, страдающие хроническими обструктивными болезнями легких. Все они относятся к группе риска по гриппу.

Медицинские организации обеспечены в полной мере и имеют неснижаемый запас противовирусных препаратов, средств индивидуальной защиты, медицинского оборудования и дезинфекционных средств. Министерство здравоохранения Челябинской области совместно с ТФОМС регулярно проводят мониторинг наличия неснижаемого запаса противовирусных препаратов и средств индивидуальной защиты в аптечной сети и лечебных учреждениях. Для тех, кому потребуются лечь в больницу с тяжелым течением ОРВИ и гриппа, готовы 39 больниц с более чем 1050 инфекционными и более чем 600 реанимационными койками.

Жителям Южного Урала настоятельно рекомендуется не заниматься самолечением и при первых признаках болезни сразу же обращаться к врачу. Также нужно принимать меры профилактики ОРВИ и гриппа, а в случае заражения не допускать дальнейшего распространения вируса. Минздрав Челябинской области просит воспользоваться рекомендациями из специальной памятки.

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Что такое грипп и какова его опасность?

Грипп — это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьёзнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов.

При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений:

Лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.

Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, гайморит).

Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).

Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

Обычно грипп начинается внезапно. Возбудители гриппа, вирусы типов А и В, отличаются агрессивностью и исключительно высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после заражения вирус приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в неё бактерий.

Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39 °С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенный нос, боль и першение в горле.

Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает тактику лечения.

Что делать при заболевании гриппом?

Самому пациенту при первых симптомах нужно остаться дома, чтобы не только не заразить окружающих, но и вовремя заняться лечением, для чего необходимо немедленно обратиться к врачу. Для предупреждения дальнейшего распространения инфекции заболевшего нужно изолировать от здоровых лиц, желательно выделить отдельную комнату.

Важно!

Родители! Ни в коем случае не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия. При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Самолечение при гриппе недопустимо, и именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее состоянию и возрасту пациента.

Для правильного лечения необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача и своевременно принимать лекарства. Кроме этого, рекомендуется обильное питьё — это может быть горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды. Пить нужно чаще и как можно больше.

Важно!

При температуре 38 — 39°C вызовите участкового врача на дом либо бригаду «скорой помощи».

При кашле и чихании больной должен прикрывать рот и нос платком или салфеткой.

Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать и как можно чаще проводить там влажную уборку, желательно с применением дезинфицирующих средств, действующих на вирусы.

Общение с заболевшим гриппом следует ограничить, а при уходе за ним использовать медицинскую маску или марлевую повязку.

Как защитить себя от гриппа?

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путём выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Эффективность вакцины от гриппа несравнимо выше всех неспецифических медицинских препаратов, которые можно принимать в течение зимних месяцев, например иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины» и так далее.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости, делать прививку можно только в медицинском учреждении специально обученным медицинским персоналом, при этом перед вакцинацией обязателен осмотр врача.

Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

Правила профилактики гриппа:

Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.

Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.

Пользуйтесь маской в местах скопления людей.

Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют.

Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта.

Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта

Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.

Увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.

Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).

Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.

По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.

В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансировано питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.