

«Заболеваемость ОРВИ, гриппом и меры их профилактики»

По оперативным данным управления Роспотребнадзора по Хабаровскому краю за период с 14.01.2019 по 20.01.2019 года в городе Хабаровске зарегистрировано 4529 случаев заболеваний острыми респираторными вирусными инфекциями, в том числе среди детей в возрасте до 14 лет - 3330 случаев, среди взрослых 1199 случаев. Уровень заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями выше эпидпорога в целом по городу Хабаровску на 22,8 %.

В соответствии с Постановлением главного государственного санитарного врача по Хабаровскому краю от 21.01.2019 № 2 в городе Хабаровске с 22.01.2019 года введен комплекс мероприятий эпидемического периода по профилактике гриппа и ОРВИ.

Памятка по профилактике гриппа и ОРВИ

В целях предотвращения массового распространения респираторных вирусных инфекций проводятся профилактические мероприятия:

- в образовательных организациях организуются утренние фильтры допуска детей в организованные детские образовательные учреждения;
- масочный режим в лечебных и социальных учреждениях;
- контроль за влажной уборкой помещений и режимом проветривания в учреждениях для детей и взрослых;
- приведение в готовность медицинских организаций края к оказанию медицинской помощи больным с респираторными инфекциями.

Необходимо соблюдать основные правила профилактики:

1. Проводить влажную уборку и проветривание помещений. Ежедневно обрабатывать поверхности мебели, предметов, которыми часто пользуемся: пульт, телефон, очки, клавиатура, мышь компьютера.
2. Ограничить или не посещать места массового скопления беременным женщинам, людям с диабетом, ожирением, пожилым людям, людям с сердечнососудистыми, легочными и хроническими заболеваниями. При посещении поликлиник, торговых центров использовать маску.
3. Ограничить посещение массовых мероприятий, не нужно пользоваться общественным транспортом, но если это необходимо, нужно надеть маску.
4. По возвращению домой необходимо мыть руки и лицо, промывать носовые ходы, смывая с них слизь и грязь.
5. Не трогать лицо, глаза, рот руками. Это ворота инфекции, таким образом можно заразиться.
6. Вести здоровый образ жизни, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, заниматься спортом.

В случае ухудшения самочувствия не заниматься самолечением, обязательно вызвать врача на дом! Своевременно начатое лечение убережет от опасных осложнений гриппа.

```
div.contentsiteAll { /*border: 4px double #000000; /* 4px solid #66CC99 - кировский */
padding: 20px; width: 90%; margin: auto; } div.contentsiteAll p { text-indent: 20px;
text-align: justify; } div.contentsiteAll li { text-align: justify; } .contentsiteAllH1 { text-indent:
20px; text-align: center; font-size: 150%; font-weight: bold; } p.contentsiteAllH2u {
text-indent: 20px; text-align: center; font-size: 130%; text-decoration: underline; font-weight:
bold; } img.siteallgkh { border: 4px solid #000; /* 4px solid #66CC99 - кировский */
margin-left: auto; margin-right: auto; display: block; max-width: 700px; height: auto; }
blockquote { margin: 0; background: #F0F0F1; color: #333334; padding: 20px 30px; position:
relative; border-left: 35px solid #DFDEDE; } blockquote:before { content: "201C"; position:
absolute; left: -29px; top: 5px; color: #BCBCBC; text-shadow: 1px 2px 0 white; } blockquote
p { margin: 0 0 16px; letter-spacing: .05em; line-height: 1.4; } blockquote cite { font-weight:
300; }
```