Об эпидемиологической ситуации по заболеваемости острыми респираторными инфекциями и мерах профилактики

Государственное учреждение «Шумилинский районный центр гигиены и эпидемиологии» (далее – ГУ «Шумилинский РЦГЭ») информирует, что при проведении анализа заболеваемости острыми респираторными и гриппоподобными заболеваниями (далее – ОРИ, ГПЗ) в текущем году определяется средняя интенсивность эпидемического процесса.

Заболеваемость за январь-март 2020 года составила 1324 случая, в то время как за аналогичный период 2019 года заболеваемость ОРИ и ГПЗ составила – 1848 случаев, т.е. заболеваемость уменьшилась на 28% от уровня прошлого года. Наибольшее количество случаев в сезон заболеваемости ОРИ в районе зарегистрировано на шестой календарной неделе (в период с 03.02.2020 по 09.02.2020) и составила 175 случаев, среди детей и подростков (в возрасте от 0-17 лет) зарегистрирован 131 случай заболевания.

Что касается возрастной структуры, то среди взрослого населения наибольшая заболеваемость регистрируется у лиц в возрасте 18-29 лет, чаще всего контингент, который в прививочную кампанию против гриппа отказывается от проведения прививки себе и своим детям. На текущий момент случаев ГПЗ и гриппа в районе не зарегистрировано.

Кроме этого, хотелось бы отметить, что в декабре 2019 года в г. Ухань провинции Хубэй Китайской Народной Республики (далее - КНР) зарегистрирована вспышка респираторной инфекции, вызванной коронавирусом COVID-19 (далее - COVID-19). С первых дней в Республике, в том числе в районе, проведены всесторонние и всеобъемлющие мероприятия, препятствующие заносу и распространению COVID-19, приняты меры по инфекционному контролю данной инфекции. Определен перечень стран неблагополучных по COVID-19 (КНР, Италия, Южная Корея, Иран, Германия, Франция, Испания, Польша, Чехия). По состоянию на 18.03.2020 года на территории Шумилинского района не зарегистрировано ни одного лабораторно подтвержденного случая инфекции, вызванной коронавирусом COVID-19.

Санитарно-эпидемиологической службой района с целью предупреждения завоза и распространения COVID-19, всем организациям, учреждениям, предприятиям направлены информационные письма с предложением обеспечить проведение дополнительных санитарно-противоэпидемических мероприятий:

обеспечить наличие дозаторов с антисептическими средствами для обработки рук в местах общего пользования;

проведение уборки с применением дезинфицирующих средств; максимально частое проветривание помещений;

ограничить проведение массовых международных мероприятий; оперативное информирование центр гигиены и эпидемиологии о лицах, вернувшихся (планирующих возращение) из стран, неблагополучных по COVID-19.

Специалисты еще раз напоминают основные правила, выполнение которых позволит существенно снизить риск инфицирования ОРИ, в том числе вирусами гриппа и коронавирусами нового типа (COVID-19):

Правило 1. Соблюдайте гигиену рук! Чистые руки – это гарантия того, что Вы не будете распространять вирусы, инфицируя себя, когда прикасаетесь ко рту и носу, и окружающих – через поверхности. Как можно чаще, особенно, после пользования общественным транспортом, после любого посещения улицы и общественных мест, перед и после еды, мойте руки водой с мылом или используйте средство для дезинфекции рук. Носите с собой дезинфицирующее средство для рук или дезинфицирующие салфетки, чтобы иметь возможность в любой обстановке очистить руки. Эти простые меры удалят вирусы с Ваших рук!

Правило 2. Проводите регулярную влажную уборку помещения, где Вы находитесь, чистку и дезинфекцию поверхностей с использованием бытовых моющих средств. Обратите, прежде всего, внимание на дверные ручки, поручни, столы, стулья, компьютерные клавиатуры и мышки, телефонные аппараты, пульты управления, панели оргтехники общего пользования и другие предметы, к которым прикасаетесь в быту и на работе. Поддерживать чистоту поверхностей – одно из самых простых, но самых важных правил! Как можно чаще и регулярно проветривайте помещение и увлажняйте воздух любыми доступными способами в помещении, где Вы находитесь.

Правило 3. Избегайте многолюдных мест или сократите время пребывания в местах большого скопления людей (общественный транспорт, торговые центры, концертные залы и др.). Избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, у которых имеются признаки респираторной инфекции (например, кашляют, чихают). Избегайте рукопожатий и поцелуев при приветствии (до прекращения сезона заболеваемости ОРИ). Помните, что респираторные вирусы передаются от больного человека к здоровому человеку воздушно-капельным путем (при разговоре, чихании, кашле). Поэтому старайтесь соблюдать расстояние не менее 1-1,5 м от лиц, которые имеют симптомы респираторной инфекции. Соблюдайте «респираторный этикет»: прикрывайте рот и нос салфеткой (платком), когда чихаете или кашляете; используйте одноразовые бумажные салфетки (платки), которые выбрасывайте сразу после использования; при отсутствии салфетки (платка) кашляйте или чихайте в сгиб локтя; не касайтесь немытыми руками носа, рта и глаз. Используйте медицинскую маску, если: Вы ухаживаете за больным респираторной инфекцией, Вы, возможно, будете контактировать с людьми с признаками респираторной инфекции. ВАЖНО! Использовать маску не более двух часов. Немедленно заменить маску в случае ее намокания (увлажнения), даже если прошло менее двух часов с момента использования. Не касаться руками закрепленной маски. Тщательно вымыть руки с мылом или обработать спиртсодержащим средством после прикосновения к используемой или использованной маске. Одноразовые маски нельзя использовать повторно.

Правило 4. Ведите здоровый образ жизни! Это повысит естественную сопротивляемость Вашего организма к инфекции. Чаще совершайте прогулки на свежем воздухе, высыпайтесь и придерживайтесь правил рационального питания (пища должна быть витаминизированной, в особенности богата витаминами А, В1, С, в пищу должны быть максимально включены овощи, фрукты, особенно содержащие витамин С).

Правило 5. В случае появления симптомов респираторной инфекции, в том числе гриппа и коронавирусной инфекции (повышение температуры тела, озноб, слабость, головная боль, заложенность носа, конъюнктивит, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах и чувство «ломоты» в теле): оставайтесь дома и вызывайте врача на дом; если Вы до появления симптомов находились в странах, в которых регистрировались случаи COVID-19 в предыдущие 14 дней, то вызывайте скорую медицинскую помощь и сообщите об этом специалисту; дети с признаками острой респираторной инфекции должны оставаться дома и не посещать дошкольные учреждения и школы; строго выполняйте все назначения и рекомендации, которые Вам даст врач (постельный режим, прием лекарственных средств); максимально ограничьте свои контакты с домашними, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями, чтобы не заразить их; используйте медицинскую маску, если Вы вынуждены контактировать с людьми. Помните, что своевременное обращение к врачу и начатое лечение позволит минимизировать риск развития и степень тяжести основного осложнения гриппа и коронавирусной инфекции – пневмонии.

ГУ «Шумилинский районный центр гигиены и эпидемиологии»