О профилактике острых респираторных инфекций

Острые респираторные инфекции занимают лидирующее положение в структуре инфекционных заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в мире заболевают ОРИ около четверти населения планеты.

Острые респираторные инфекции (далее - ОРИ) - группа заболеваний, которая представлена множеством возбудителей (вирусы гриппа, парагриппа, респираторно-синцитиальный вирус, аденовирус, метапневмовирус, коронавирус), передаются воздушно-капельным путем и характеризуются острым поражением дыхательной системы человека.



В Щучинском районе эпидемиологическая ситуация по ОРИ стабильная и контролируемая, характерная для данного года. Расчетный пороговый уровень не превышен.

В широком спектре острых респираторных вирусных инфекций грипп занимает особое место - он протекает иначе, чем прочие ОРИ, и чаще приводит к развитию осложнений.

Забота о собственном здоровье и безопасности близких начинается со своевременной профилактики.

Напоминаем о важности следующих мер профилактики ОРИ:

- своевременно делайте прививку против гриппа, это наиболее эффективный метод профилактики. Согласно рекомендациям Всемирной организации здравоохранения, «вакцинация является основой профилактики гриппа», так как она снижает распространение болезни и смертность, позволяет экономить средства на лечение гриппа и его осложнений, может значительно сократить временную нетрудоспособность, доступна, эффективна и безопасна для взрослых, детей с 6-месячного возраста, беременных женщин;
- соблюдать правила личной гигиены и «респираторного этикета» (кашлять и чихать в салфетку или при отсутствии салфетки – в изгиб локтя);
- чаще проветривать помещения и проводить влажную уборку;
- придерживаться здорового образа жизни: полноценный сон, рациональное питание, физическая активность;
- избегать контакта с больными лицами.

При появлении симптомов ОРВИ необходимо обратиться к врачу для назначения грамотного лечения. Помните, что самолечение, в том числе с использованием народных средств, может усугубить течение заболевания.

Следуйте простым рекомендациям по профилактике ОРВИ и будьте здоровы!

Помощник врача - эпидемиолога Шанчук З.Ф.