

январь  
2021

# Информационный бюллетень



Информационный бюллетень

## Обратите внимание:

### По данным ВОЗ:

острые респираторные инфекции и грипп составляют 95 % всех инфекционных заболеваний в мире;

ежегодные эпидемии гриппа приводят к 3-5 миллионам случаев тяжелой болезни;

от сезонного гриппа ежегодно умирают до 650 000 человек;

большинство случаев смерти, связанных с гриппом, происходят среди людей в возрасте 65 лет и старше

гриппом ежегодно заболевают 20-30 % детей и 5-10 % взрослых, а умирают от гриппа от 250 тыс. до 500 тыс. человек;

экономический ущерб от ежегодных эпидемий составляет от 1 до 6 млн. долларов на 100 тысяч населения;

за счет ОРИ и гриппа в сумме у каждого человека теряется около одного года жизни

## К сведению:

### В Гродненской области:

в преддверии эпидемии привито против гриппа 416 361 человек (40,85 % населения области);

дети в возрасте от 6 месяцев до 3-х лет, лица, страдающие хроническими заболеваниями, старше 65 лет, беременные, а также медицинские работники охвачены прививками на 75 %

## Профилактика гриппа и ОРЗ

**Грипп** – острое респираторное инфекционное заболевание, возбудителем которого являются вирусы гриппа нескольких типов (А, В и С).

Это единственная инфекция, которая вызывает ежегодные эпидемии и периодические пандемии (1918 г., 1957-1958 гг., 1968-1969 гг., 1977-1978 гг.), охватывающие до 30% населения земного шара.

Эпидемии гриппа могут возникать в любое время года, но гораздо чаще они происходят зимой и весной. Поэтому существует мнение о большом влиянии на развитие гриппозных эпидемий метеорологических факторов, способствующих переохлаждению

(простуде) человека. В действительности простуда лишь способствует более тяжелому течению гриппа, но сама по себе не может вызвать эпидемию. Имеет значение и недостаток в зимние месяцы



витаминов – важных защитников от многих заразных болезней, заметно повышающих сопротивляемость организма к гриппу.

Единственным **источником** и распространителем

гриппа является больной человек. Возбудитель гриппа сосредоточен в верхних дыхательных путях больного (нос, носоглотка). При кашле и разговоре больной выбрасывает возбудителей в воздух вместе с мельчайшими каплями слюны, мокроты и слизи. Зараженные капельки могут находиться в воздухе несколько часов. Здоровый человек, оказавшийся в помещении, где кашлял гриппозный больной, вдыхает вместе с воздухом и возбудителей гриппа. Если организм не обладает достаточными защитными силами, возбудитель начинает размножаться в носу и глотке. В результате развивается заболевание и создается новый источник распространения инфекции.

## Профилактические мероприятия

Основа профилактики – **иммунизация**. Прививка стимулирует организм к генерированию защитных антител, предотвращающих размножение вирусов. Вакцинироваться необходимо ежегодно, т.к. приобретаемый иммунитет сохраняется только в течение 6-12 месяцев.

В период сезонного подъема ОРИ для повышения сопротивляемости организма

инфекции соблюдайте следующие **меры и правила поведения**:

- систематически проветривайте квартиру и рабочее помещение;

- чаще совершайте прогулки на свежем воздухе (ходьба с правильной регуляцией дыхания усиливает легочную вентиляцию, улучшает систему кровообращения, закаливает организм);

- рационально питайтесь сбалансированной, богатой витаминами пищей;

- избегайте контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми;

- сократите время пребывания в многолюдных местах;

- старайтесь не прикасаться к рту и носу;

- соблюдайте гигиену рук;

- используйте защитные маски при контакте с больным.

