

Острые респираторные заболевания

В настоящее время наблюдается неблагоприятная санитарно-эпидемиологическая обстановка по заболеваемости острыми респираторными заболеваниями.

За 4 календарную неделю 2019 года число обращений за амбулаторной помощью в ГБУЗ СО «Ачитская ЦРБ» по поводу ОРЗ выросло в 3,3 раза по сравнению с 3 календарной неделей. Среди обратившихся за амбулаторной помощью по поводу ОРЗ преобладали школьники и организованные дошкольники, на них пришлось до 90% случаев заболевания.

Случаев заболеваемости гриппом в Ачитском городском округе не зарегистрировано.

Напоминаем, что **ОРЗ (в том числе грипп)**-это острое инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путём. Источник инфекции-больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

Симптомы ОРЗ:

- Резкий подъём температуры тела;
- Головная боль;
- Ломота в мышцах и суставах;
- Боль и/или жжение в горле;
- Сухой кашель и затруднённое учащённое дыхание;
- Слабость;
- Кишечные расстройства (тошнота, рвота, жидкий стул);
- Боль при движении глаз, острая реакция на свет.

Заболевание гриппом опасно своими осложнениями, которые чаще развиваются у детей, беременных, пожилых людей и лиц страдающих хроническими заболеваниями. К числу осложнений относятся пневмония, бронхит, отит, воспаление оболочек головного и спинного мозга, поражение сердца, почек и др., которые могут привести к инвалидности и даже к смерти.

Для профилактики гриппа в период подъёма заболеваемости:

- Избегайте контакта с больными;
- В период заболеваемости избегайте большого скопления людей;
- Регулярно мойте руки с мылом;
- Проветривайте помещение в котором находитесь (не менее 3-4 раз в день по 15-20 минут);
- Проводите влажную уборку помещений.
- Ведите здоровый образ жизни (полноценный сон, прогулки на свежем воздухе, сбалансированное питание, богатое витаминами).

Если Вы заболели:

- Оставайтесь дома и соблюдайте постельный режим;
- Не занимайтесь самолечением, вызовите врача на дом;
- Пейте больше жидкости;
- Используйте одноразовые салфетки при чихании и кашле;
- При общении используйте медицинские маски.

