



Единый день здоровья

18 января 2018 года

День профилактики гриппа и ОРЗ



История гриппа насчитывает несколько десятков веков, первые упоминания об этом заболевании были сделаны еще в 412 году до н.э. Гиппократом. В течение двух тысячелетий вирус гриппа неоднократно вызывал эпидемии и пандемии, уносившие жизни сотен тысяч и миллионов людей.

К счастью, в настоящее время мы обладаем эффективными способами профилактики гриппа, прежде всего – вакцинацией.

Грипп – острая респираторная инфекция, вызываемая вирусом гриппа, характеризующаяся высокой температурой (38–40°C), выраженной общей интоксикацией и поражением дыхательных

путей чаще в форме трахеита.

Грипп очень заразен. Инфекция передается воздушно-капельным и контактным путем. Инкубационный период при сезонном гриппе составляет от 12 до 48 часов. Для гриппа характерно острое начало с озноба, повышения температуры до максимальных значений уже в первые сутки болезни и общих явлений интоксикации (выраженной слабости, разбитости, головной боли в лобных областях, ломоты в мышцах, костях, суставах, боли в глазных яблоках, светобоязни, слезотечения и т.д.). Через несколько часов появляются признаки поражения дыха-

тельных путей чаще в виде заложенности носа или слабо выраженного насморка, першения в горле, мучительного сухого кашля, болей за грудиной и по ходу трахеи, осиплого голоса. У большинства больных гриппом полное выздоровление наступает через 7–10 дней. Однако тяжелое течение гриппа чревато осложнениями со стороны дыхательной, сердечно-сосудистой и центральной нервной систем.

Самым эффективным средством профилактики гриппа является иммунизация, которая ограничивает распространение инфекции и предотвращает заболевание гриппом у 80–95 % привитых. Проводить вакцинацию против гриппа необходимо до начала сезонного подъема заболеваемости (сентябрь–ноябрь).

Обратите внимание

По данным ВОЗ:

ОРИ и грипп составляют 95 % всех инфекционных заболеваний в мире;

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 сентябре–ноябре 2017 года привито против гриппа 40,1 % населения (более 417 тысяч человек);

согласно данным многолетних наблюдений рост заболеваемости ОРИ и гриппом наблюдается в конце января – начале февраля;

ежегодно в области регистрируется более 250–300 тысяч случаев ОРИ и гриппа.

по прогнозу Национального центра по гриппу:

в эпидсезон 2017–2018 гг. ожидается подъем заболеваемости ОРИ и гриппом средней интенсивности;

среди заболевших будут преобладать дети в возрасте до 14 лет;

рisku заболевания подвержены также беременные и лица старше 65 лет, а также лица, входящие в группу высокого риска развития постгриппозных осложнений

«Респираторный этикет»

Это свод простых правил поведения в общественных местах, направленных на ограничение распространения респираторных заболеваний:

- при кашле и чихании необходимо использовать носовой платок, предпочтительнее применять одноразовые бумажные платки, которые выбрасывают сразу после использования;

- при отсутствии носового платка, чихать и кашлять не в ладони (а в сгиб локтя, например), т.к. традиционное прикрывание рта ладонью приводит к распространению инфекции через руки и предметы обихода;

- важно часто и тщательно мыть руки с мылом или антибактериальными средствами (антисептиками) и стараться не прикасаться

руками к губам, носу и глазам.

Чтобы избежать распространения гриппа, необходимо выполнять профилактические мероприятия и помнить, что каждый из нас в силах снизить риск заболевания и распространения гриппа.