**Об эпидситуации по острым респираторным заболеваниям и о мерах профилактики гриппа и ОРВИ**

По данным эпидемиологического мониторинга в Костромской области с 4 по 10 декабря 2017 года острыми респираторными инфекциями заболело 5258 человек, что на 13% ниже аналогичного периода 2016 года. Удельный вес детей до 14 лет составил – 79,4% .

В городе Кострома лабораторно подтвержден случай гриппа, вызванный вирусом типа А(Н3N2). Всего с респираторными инфекциями за 49 календарную неделю обратилось 2605 человек, из них 2155 детей до 14 лет.

Для снижения уровня заболеваемости ограничительные меры в виде приостановления деятельности за отчетную неделю  применялись в 25-ти детских образовательных организациях, из них полностью закрыто 3 детских сада и 2 школы.

В целях предупреждения  эпидемического распространения  гриппа, ОРВИ и внебольничных пневмоний Управление Роспотребнадзора по Костромской области рекомендует в детских образовательных организациях, в учреждениях соцзащиты, медицинских организациях, в организациях торговли и сферы обслуживания обеспечить поддержание оптимального температурного режима. Проветривание помещений проводить лучше сквозное, но обязательно в отсутствии людей.

Проводить ежедневные влажные уборки не менее 2-х раз в день с использованием моющих и дезинфицирующих средств. Для обеззараживания воздуха использовать бактерицидные облучатели.

Не принимать в организованный коллектив детей и взрослых, имеющих признаки острого респираторного заболевания (головная боль, насморк, кашель, боли в горле, слабость, подъем температуры тела). При выявлении в организованном коллективе лиц с признаками острого респираторного заболевания, немедленно их изолировать и направлять по месту жительства с рекомендациями обратиться за медицинской помощью. В помещениях, где были заболевшие, провести тщательную уборку с использованием дезинфицирующих средств, губительно действующих на вирусы гриппа и другие ОРВИ, а также обеззараживание воздуха. Соблюдать гигиену рук и респираторный этикет. Среди лиц, находившихся в близком общении с больным ОРВИ, по рекомендации врача (фельдшера) организовать прием противовирусных препаратов, а также препаратов, повышающих общую сопротивляемость организма человека к инфекциям.

Не допускать выход из дома, на работу, посещение организованных коллективов детей и взрослых на «голодный желудок». Полноценно питаться. По возможности чаще употреблять овощи, фрукты и зелень, обеспечив организм витаминами и микроэлементами (витамины группы А, В, С и Е, рутин и др.). Для согревания организма не употреблять алкогольные напитки, а использовать горячие напитки: чай, морс, компоты, отвары трав.

Носить одежду в соответствии с погодными условиями, не допускать переохлаждения или перегревания организма. Перед выходом из дома смазывать носовые ходы противовирусными препаратами, рекомендованными медицинскими работниками, при кашле и чихании использовать носовые платки однократного применения.

При появлении симптомов ОРВИ Управление Роспотребнадзора по Костромской области настоятельно рекомендует немедленно обращаться за медицинской помощью в целях своевременного начала адекватного лечения.