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

С 22 по 28 января 2018 года в Костромской области по поводу ОРВИ обратились 5255 человек, что выше уровня предыдущей недели 2018 года на 20% и ниже уровня аналогичного периода прошлого года на 15%. Большинство заболевших это дети до 14 лет. Показатели заболеваемости населения региона не превышают уровни эпидемических порогов.

В городе Кострома с 22 по 29 января 2018г. респираторными инфекциями заболели 2821 человек, из них 2006 детей до 14 лет. Показатели заболеваемости не превышают уровня эпидемического порога.

По результатам лабораторного мониторинга отмечается циркуляция вирусов не гриппозной этиологии.

Для снижения уровня заболеваемости ограничительные меры в виде приостановления деятельности групп и классов за отчетную неделю применялись в 20-ти детских образовательных организациях, полностью были закрыты 3 школы.

В целях предупреждения  эпидемического распространения  гриппа, ОРВИ и внебольничных пневмоний Управление Роспотребнадзора по Костромской области рекомендует.

Поддерживать оптимальный температурный режим в жилых и производственных помещениях. Проветривание проводить лучше сквозное, но обязательно в отсутствии людей.

Ежедневные влажные уборки проводить не менее 2-х раз в день с использованием моющих и дезинфицирующих средств. Для обеззараживания воздуха рекомендуется использовать бактерицидные облучатели, в обязательном порядке применять в детских образовательных учреждениях, медицинских организациях, организациях социальной защиты населения.

Не принимать в организованный коллектив детей и взрослых, имеющих признаки острого респираторного заболевания (головная боль, насморк, кашель, боли в горле, слабость, подъем температуры тела).

Соблюдать гигиену рук и респираторный этикет, при кашле и чихании использовать носовые платки однократного применения.

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.

Среди лиц, находившихся в близком общении с больным ОРВИ, по рекомендации врача (фельдшера) организовать прием препаратов, повышающих общую сопротивляемость организма человека к инфекциям, а также противовирусных препаратов.

При выявлении в организованном коллективе лиц с признаками острого респираторного заболевания, немедленно их изолировать и направить по месту жительства с рекомендациями обратиться за медицинской помощью. Своевременное обращение за медицинской помощью – это гарантия проведения эффективного и адекватного лечения.

В помещениях, где были заболевшие гриппом или ОРВИ, провести тщательное проветривание, генеральную уборку с использованием дезинфицирующих средств, губительно действующих на вирусы гриппа и ОРВИ, а также обеззараживание воздуха.