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

С 9 по 15 апреля 2018 года в Костромской области по поводу гриппа и ОРВИ обратились 7662 человека, что на уровне предыдущей недели текущего года. Большинство заболевших это дети до 14 лет. Недельные эпидемические пороги превышены во всех возрастных группах населения региона кроме детей от 0 до 2 лет.

В городе Кострома с 9 по 15 апреля 2018 года гриппом и респираторными инфекциями заболели 4405 человек, из них 2871 детей до 14 лет. Эпидемические пороги по заболеваемости превышены во всех возрастных группах населения кроме детей в возрасте 0-2 года.

По результатам лабораторного мониторинга доля вирусов гриппа остается высокой из них преобладают вирусы гриппа А(Н1N1)pdm09, обнаружены также вирусы гриппа А(Н3N2) и гриппа В. Среди вирусов не гриппозной этиологии на прошлой неделе отмечалась циркуляция РС-вирусов.

Для снижения уровня заболеваемости ограничительные меры в виде приостановления деятельности групп и классов за отчетную неделю применялись в 29-и детских образовательных организациях.

 В целях предупреждения  эпидемического распространения  гриппа, ОРВИ и внебольничных пневмоний Управление Роспотребнадзора по Костромской области настоятельно 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 в детских образовательных учреждениях, медицинских организациях, организациях социальной защиты населения 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).

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

Избегать общения с лицами, имеющими признаки респираторного заболевания.

Ограничить посещение мест массового скопления людей. При посещении крупных торговых центров, культурно-массовых мероприятий, организаций пользоваться индивидуальными лицевыми медицинскими масками, с их сменой каждые 3 часа. По возвращении из них тщательно мыть руки под проточной водой и очищать носовые ходы.

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.