

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Кировской области в Слободском районе (далее - территориальный отдел), информирует о мерах профилактики гриппа:

За 2023 год на территории Кировской области показатель заболеваемости гриппом составил 155,49 на 100 тыс.населения (1920 случаев), среди детского населения - 482,70 на 100 тыс.населения (1205 случаев).

Заболеваемость гриппом за 2023 год не превышала среднеобластной показатель в Белохолуницком районе (6 случаев, из них среди детей 4 случая), в Омутнинском районе (17 случаев, из них среди детей 10 случаев), в Слободском районе (21 случай, из них среди детей 13 случаев).

За 2024 год (январь-май) зарегистрировано в Белохолуницком районе 11 случаев гриппа, из них 4 случая среди детей, в Омутнинском районе 16 случаев гриппа, из них среди детей 7, в Слободском районе зарегистрировано 6 случаев гриппа, из них среди детей 1. Заболеваемость гриппом в районах ниже по сравнению с Кировской области, но не стоит забывать что гриппом заболеть может любой человек.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьезнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов.

При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений: лёгочные осложнения (пневмония, бронхит); осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит); осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит); осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

Наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

В настоящее время в Кировской области начата прививочная кампания против гриппа. Вакцина от гриппа уже поступила в Кировскую область. Ежегодно в состав вакцины включаются только актуальные штаммы. В этом году состав противогриппозной вакцины обновлен по одному штамму.

Защитный эффект после вакцинации наступает через 8-12 дней и сохраняется до 12 месяцев. Оптимально сделать прививку — с сентября по ноябрь.

Для проведения вакцинации необходимо обратиться в медицинскую организацию по месту жительства.

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

Правила профилактики гриппа:

Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.

Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.

Пользуйтесь маской в местах скопления людей.

Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют.

Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта.

Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта.

Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.

Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.), блюд с добавлением чеснока и лука.

По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.

В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.