



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области
в городе Асбест и Белоярском районе»**

г. Асбест, ул. им. А. П. Ладыженского, д. 17, 624269, Свердловская область,
Тел./Факс: 8 (34365) 2-48-18, E-mail: mail_03@66.rospotrebnadzor.ru

от 13 октября 2022 г.
№ 66-20-003/17-¹⁵²³-2022

В СМИ
На сайты Администраций ГО
Юридическим лицам,
Индивидуальным предпринимателям,
гражданам

О профилактике гриппа и ОРВИ

Предстоящий эпидемиологический сезон ОРВИ и гриппа будет развиваться в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции. Кроме того, по прогнозу ВОЗ во всем мире будут циркулировать новые антигенные штаммы гриппа, поэтому профилактика респираторных заболеваний особенно актуальна.

Сегодня известно более 200 видов респираторных вирусов. Наиболее распространенными являются риновирусы – основные возбудители насморка, который часто называют «болезнью ста носовых платков». Парагрипп, наиболее опасен для маленьких детей, так как является основной причиной ложного крупа. До 2000-х годов коронавирусы были достаточно безобидными респираторными вирусами, которые дрейфовали в общей циркуляции, вызывая ОРВИ с легким течением. За 20 лет произошло две эпидемических вспышки, связанных с коронавирусами. В 2002 году зафиксирована вспышка атипичной пневмонии, вызванной SARS-CoV и в 2012 – вспышка ближневосточного респираторного синдрома, вызванного MERS-CoV. Заболеваемость ближневосточным респираторным синдромом сохраняется и сейчас.

Респираторные вирусы не случайно объединяются в одну группу, поскольку клинические проявления у них схожи. Исключение составляют именно грипп и SARS-CoV-2. Часто к ОРВИ относятся достаточно легкомысленно, считая ее обычной простудой, которая «сама пройдет». Но возбудители ОРВИ заметно отличаются и по тяжести заболевания, и по возможным осложнениям. Установить, какой из вирусов стал причиной заболевания, можно только при проведении лабораторного тестирования. Наиболее распространенный – это метод полимеразной цепной реакции (ПЦР). Исследование позволит не только поставить точный диагноз, но также назначить правильное лечение.

Для гриппа существует специфическая противовирусная терапия, которую необходимо начать проводить как можно раньше. Кроме того, исследование позволит избежать столь распространенной ошибки, как необоснованное применение

антибактериальной терапии. Самостоятельно определить природу заболевания невозможно, необходимо обращаться к врачу.

Чтобы оставаться здоровым важно правильно и полноценно питаться. Основные витамины и микроэлементы человек должен получать из продуктов питания. Дополнительный прием витаминов обоснован в том случае, когда имеется лабораторно подтвержденный дефицит того или иного нутриента. Поэтому прежде чем покупать поливитамины, стоит пересмотреть свой рацион и разнообразить его сезонными овощами, фруктами, зеленью.

Вакцинация является наиболее эффективным средством профилактики гриппа. Каждый год создается новая вакцина, в которую включены те штаммы, циркуляция которых ожидается в предстоящем эпидемиологическом сезоне.

Позаботьтесь о себе и близких – поставьте прививку!

Главный врач Асбестовского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»



Е. В. Гилева