Автор: Главный государственный санитарный врач Речицкого района В.М.Поднесенский

В **Гомельской области** продолжается снижение заболеваемости острыми респираторными инфекциями и гриппом.

В структуре заболевших отмечается преобладание детского населения. Удельный вес детей составил 60,6%.

В **Речицком районе** ситуация по ОРИ ниже эпидемического уровня заболеваемости, по результатам 10 календарной недели 2013 года отмечается снижение заболеваемости ОРИ, зарегистрировано 774 случая, что меньше по сравнению с предыдущей неделей на 12,4%. Снижение заболеваемости отмечается как среди городского, так и сельского населения, как среди взрослых, так и детей во всех возрастных группах.

Эпидемиологическая ситуация по заболеваемости острыми респираторными инфекциями находится на постоянном контроле санитарно-эпидемиологической службы области и Речицкого района. Несмотря на все проводимые мероприятия со стороны медицинских работников многое зависит от отношения каждого человека к собственному здоровью и окружающим его людям. Выполнение элементарных профилактических мер, рекомендуемых Министерством здравоохранения, особенно во время изменения погодных условий, позволит каждому сохранить свое здоровье.

Как защитить себя и других

- прикрывайте нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляете или чихаете;
- немедленно выбрасывайте использованные салфетки;
- регулярно мойте руки с мылом;
- если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, не приближайтесь к другим

людям ближе, чем на 1 метр;

- если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, немедленно обратитесь к врачу;
- если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайтесь дома. Не ходите на работу, в школу, не посещайте общественные места;
- избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- не трогайте глаза, нос или рот немытыми руками.
- чаще проветривать помещение;
- все лекарственные препараты применять ТОЛЬКО по назначению врача.

Берегите свое здоровье, прислушивайтесь к мнению врачей, выполняйте их рекомендации и тогда никакой грипп вам не страшен.

Будьте здоровы!