Автор: Отдел общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»



Грипп и острые респираторные заболевания (далее ОРЗ) продолжают оставаться самыми массовыми инфекционными заболеваниями. Они стоят на первом месте по частоте и количеству случаев на душу населения среди всех заболеваний. Эти заболевания составляют около 95% всех инфекционных болезней.

Различают несколько типов вируса, вызывающих грипп и более 200 вирусов, являющие причиной ОРЗ. В связи с этим человек может в разные периоды переболеть несколько раз разными формами заболеваний.

Заразиться ОРЗ и гриппом легко — при контакте с больным человеком. Ввиду высокой заразительности вирусы с мельчайшими капельками слюны при кашле, чиханье и даже разговоре распространяются очень быстро, вызывая массовые заболевания среди людей.

Самый простой способ защитить себя от гриппа — вакцинация. По результатам прививочной кампании 2021 года в Гомельской области вакцинировано против гриппа более 550 000 человек или 40,1% населения.

Чем больше людей привились против гриппа, тем больше невосприимчивых к вирусам гриппа лиц среди населения. Чем выше коллективный иммунитет, соответственно, тем меньше вероятность заболеть у человека, встретившегося с вирусом. При условии, что 75% людей в организованных коллективах привиты – остальные 25% не заболеют.

Согласно прогнозу специалистов, традиционный рост заболеваемости следует ожидать в конце января – начале февраля. Паниковать не нужно, а вот меры профилактики соблюдать как раз обязательно.

В период повышенной заболеваемости гриппом и ОРЗ следует соблюдать ряд простых правил:

- часто мойте руки с мылом, если нет возможности помыть руки с мылом применяйте дезинфицирующие салфетки;
- соблюдайте «респираторный этикет» (прикрывайте рот и нос платком, когда чихаете или кашляете, не трогайте руками нос, рот и глаза);
- избегайте посещения многолюдных мест и поездок;
- старайтесь избегать контактов на расстоянии менее 1 метра с людьми, которые имеют явные признаки болезни;
- ведите здоровый образ жизни (полноценный сон и питание, оптимальная физическая активность).

В рамках Дня профилактики гриппа и ОРЗ будут работать «прямые» телефонные линии. На ваши вопросы ответят:

- **21 января с 10.00 до 11.00** по телефону **9-91-65** помощник врача-эпидемиолога отдела эпидемиологии ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»
Кизик Ольга Николаевна
;
- **21 января с 13.00 до 15.00** по телефону **6-54-34** врач-инфекционист кабинета инфекционных заболеваний поликлиники
Татаринова Оксана Николаевна
.