

Профилактика гриппа и ОРВИ: что нужно знать?

Автор: Исполнитель

05.12.2022 09:34 - Обновлено 05.12.2022 09:37

Асбестовский отдел Роспотребнадзора информирует, что в Белоярском районе регистрируется подъем острых респираторных вирусных инфекций.

В группе риска по заболеваемости ОРВИ и гриппа: дети младше 2-х лет, люди старше 60 лет, больные хроническими заболеваниями легких, сердечно-сосудистой системы, печени, почек, эндокринной системы и с иммунодефицитами, беременные женщины, медицинский персонал, работники общественного транспорта, предприятий общественного питания, сферы образования и др.

Осложнения от гриппа: пневмония, энцефалиты, менингиты, патологии плода у беременных, обострение хронических заболеваний.

Самым эффективным способом профилактики является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ.

Эпидемиологи Асбестовского отдела Роспотребнадзора призывают граждан соблюдать **меры профилактики**

:

1. вакцинируйтесь от гриппа, COVID-19 и пневмококковой инфекции;
2. при появлении признаков ОРВИ соблюдайте домашний режим и обращайтесь за медицинской помощью;
3. носите медицинскую маску в местах скопления людей (маска должна плотно

Профилактика гриппа и ОРВИ: что нужно знать?

Автор: Исполнитель

05.12.2022 09:34 - Обновлено 05.12.2022 09:37

прилегать к лицу, закрывая нос и рот);

4. минимизируйте социальные контакты;
5. избегайте прикосновений к своему рту и носу;
6. регулярно и тщательно мойте руки с мылом или обрабатывайте спиртосодержащим средством;
7. сократите время пребывания в общественных местах;
8. ведите здоровый образ жизни, который включает в себя правильное питание, полноценный сон, прогулки на свежем воздухе, физическую активность.

По информации Асбестовского отдела Управления Роспотребнадзора по Свердловской области

