**Информация на сайт администраций муниципальных образований города Новомосковска, города Донского, Богородицкого, Веневского, Кимовского и Узловского районов**

**Профилактика гриппа в преддверии предстоящего сезона гриппа и ОРВИ**

Среди острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) грипп занимает лидирующие позиции из-за повсеместного распространения, высокой вероятности развития осложнений, роста частоты госпитализаций и возможности развития летального исхода. Согласно рейтинговой оценке экономического ущерба от инфекционных болезней (без туберкулеза, ВИЧ-инфекции и хронических вирусных гепатитов), в 2023 году грипп занял 4‑е место. Экономический ущерб составил более 9 миллионов рублей.

Грипп – это острое вирусное инфекционное заболевание с воздушно-капельным путем передачи возбудителя, характеризующееся острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.

Зараженный человек начинает выделять вирус за 24 часа до появления симптомов болезни. В среднем этот период длится от 5 до 10 дней, но в некоторых случаях может достигать 25 суток.

Основной путь передачи инфекции – воздушно-капельный. Вирус попадает в воздух с каплями слюны, мокроты и слизи при разговоре, кашле и чихании.

Возможна реализация контактно-бытового пути передачи через грязные руки и предметы, загрязненные выделениями больного, например через посуду, игрушки или полотенце.

Вирус гриппа в воздухе сохраняет жизнеспособность и инфекционную активность в течение нескольких часов, а на поверхностях – до 4-х дней в зависимости от материала.

Вирусы гриппа обладают средней устойчивостью в окружающей среде. Они погибают при нагревании, воздействии ультрафиолетового излучения и различных дезинфицирующих средств, в том числе антисептиков на спиртовой основе.

Инкубационный период при гриппе составляет от нескольких часов до 12 дней, но в большинстве случаев от 2 до 7 дней.

Грипп обычно начинается остро с появления симптомов интоксикации:

* озноб,
* головная боль,
* боль в глазных яблоках,
* повышение температуры тела до 40°С,
* чувство разбитости,
* боль в мышцах и суставах.

Далее присоединяются катаральные симптомы:

* першение и сухость в горле,
* мучительный сухой кашель,
* саднение и боль в груди,
* осиплость голоса,
* заложенность носа,
* скудные выделения из носовых ходов.

Большинство случаев гриппа благополучно самостоятельно разрешаются, однако нередко развиваются осложнения.

Тяжесть течения может существенно варьировать в зависимости от типа вируса гриппа, вызвавшего заболевание, от возраста больных и состояния их иммунной системы.

В группы риска по тяжелому и осложненному течению гриппа входят:

* дети младше 5-ти лет, особенно младше 2-х лет,
* взрослые старше 65 лет,
* беременные на любом сроке,
* лица с хроническими заболеваниями различных органов и систем,
* пациенты со злокачественными новообразованиями,
* иммунокомпрометированные пациенты,
* лица с патологическим ожирением.

Эффективным способом профилактики гриппа является вакцинация, которую целесообразно проводить во всех возрастных группах, начиная с детей старше 6 мес.

Вакцинация способствует формированию устойчивой к гриппу иммунной прослойки населения, благодаря чему происходит снижение числа заболевших и госпитализированных, уменьшение количества тяжелых форм болезни, осложнений и летальных исходов.

Чтобы избежать заражения гриппом, помимо вакцинации:

* Мойте руки с мылом или используйте антисептики для обработки рук после посещения общественных мест.
* Не трогайте грязными руками лицо.
* Используйте маски или респираторы в общественных местах.
* Исключайте контакты с заболевшими любой инфекцией.
* Соблюдайте социальную дистанцию при посещении общественных мест.
* Соблюдайте респираторный этикет: чихайте и кашляйте в салфетку или локтевой сгиб.
* Обращайтесь за медицинской помощью в случае возникновения симптомов респираторной инфекции.

И.о. начальника территориального отдела Л.В. Носова