**Информация о профилактике гриппа и ОРВИ.**

В Каменском районе, по данным оперативного мониторинга заболеваемость ОРВИ и гриппом за отчетную 38 неделю (18.09.2023г.-24.09.2023г.) составила 43 больных, что в 1,2 выше в сравнении с 37 неделей (11.09.2023г.-17.09.2023г.).

  Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Воронежской области в Лискинском, Бобровском, Каменском, Каширском, Острогожском районах напоминает, что не стоит забывать о сезонных респираторных заболеваниях, в частности об ОРВИ и гриппе.

  ОРВИ в обиходе часто называют «простудой», в качестве собирательного, неофициального обозначения разнообразных острых респираторных заболеваний, поражающих верхние дыхательные пути (нос, ротоглотку и гортань). Вызвать ОРВИ могут вирусы, которые проникают в организм при дыхании. Такой путь передачи возбудителей называется воздушно-капельным, а сами болезни — респираторными. Если простуду вызвал вирус, то болезнь называют ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция).

  Наиболее характерные симптомы ОРВИ: постепенное начало, лихорадка (до 38°С), насморк с обильным слизистым отделяемым, заложенность носа, кашель, чихание, боль в горле. Обычно прогноз благоприятный, выздоровление как правило наступает через 7-10 дней, хотя симптомы могут сохраняться до 2 недель. Специфической вакцины от простуды не существует.

  Грипп в отличие от ОРВИ как правило обладает сезонностью. Сезон гриппа длится с осени до весны, с максимумом заболеваемости в холодное время года. Активные штаммы вируса гриппа меняются из года в год. Поэтому, каждый год разрабатывается новая вакцина против гриппа.

Наиболее характерные симптомы гриппа: внезапное начало, сухой, отрывистый кашель, лихорадка до 40°С, озноб, боль в мышцах, головная боль, боль в горле, заложенность носа при отсутствии отделяемого из носа, сильная усталость, которая может длиться до двух недель, возможны тошнота, рвота, диарея.

Грипп опасен своими осложнениями. На фоне ослабления иммунитета возможно развитие пневмонии и других опасных заболеваний, которые в некоторых случаях могут привести даже к летальному исходу. Особенно опасен грипп для маленьких детей, пожилых людей, беременных женщин, людей с ослабленным иммунитетом, для людей с ожирением. При появлении первых

симптомов заболевания – оставайтесь дома и вызовите врача. Самолечение недопустимо.

Грипп можно предотвратить. В сезон гриппа и ОРВИ избегайте мест массового скопления людей. Часто мойте руки с мылом или используйте дезинфицирующее средство для рук. Избегайте

прикосновений к лицу, носу, глазам и рту. При кашле и чихании прикрывайте рот и нос. Используйте маску, чтобы снизить риск заражения себя и окружающих.

  Ситуация остается на контроле Территориального отдела Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Воронежской области в Лискинском, Бобровском, Каменском, Каширском, Острогожском районах.