



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Управление
Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия
человека по Красноярскому краю
(Управление Роспотребнадзора
по Красноярскому краю)

Территориальный отдел Управления
Федеральной службы по надзору в сфере защиты
прав потребителей и благополучия человека по
Красноярскому краю и городе Канске
Эйдемана ул., д. 4, г. Канск, 663613
тел./факс (8-391-61)2-71-88
E-mail: kamsk@24.rospotrebnadzor.ru,
Web-сайт: <http://24.rospotrebnadzor.ru>
ОКПО 76736519, ОГРН 1052466033608,
ИНН / КПП 2466127415 / 245032001

15 ОКТ 2021

№ 24-03-01/02-854-2021

на № _____ от _____

Начальнику МУК «Управление
образования администрации города
Канска»

Начальникам УО районов

О направлении
информационных материалов

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в г. Канске направляет Вам информационные материалы на тему: «О осторожно: Грипп!», «О профилактике ОРВИ и гриппа», «О различиях симптомов гриппа и ОРВИ», «Что делать, если в семье кто-то заболел гриппом или коронавирусной инфекцией» для информирования населения.

Приложение: на 5 л. в 1 экз.

Начальник









В. В. Хорохордин






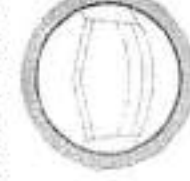


РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОМПЕТЕНТНЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА. Э. ПСР. 555-49-43

ОСТОРОЖНО: ГРИПП!

СИМПТОМЫ ГРИППА

-  РЕЗКАЯ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА
ИЛИ ОЖОГ
-  ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
-  ПОКОТ В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ
-  БОЛЬ, ПЕРШИМ
В ГОРЛЕ
-  СУХОЙ КАШЕЛЬ
-  ДРУГЕ НЕДЕЛСТВАНИЕ,
СПАСОБНОСТЬ
-  ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОЕ
РАСТРОЙСТВО
-  СИГЕТОСОРОНЬ

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

-  СВОДЯТЕ ПРИБЛИКУ
ОТ ГРИППА
-  ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ
-  РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ
РУКИ
-  ИСПОЛЬЗУЙТЕ
МАСКИ
-  ОТКАЖИТЕ ПРИБЛИЖЕНИЕ
В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ
-  ИЗБЕГАЙТЕ КОНТАКТОВ
С ЗАБОЛЕВШИМИ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ

-  СОБЛЮДАЙТЕ
ПОСЛЕДЫЙ РЕКОМЕНД
-  ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА
-  НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ
САМОЛЕЧЕНИЕМ
-  ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ
ЖИДКОСТИ
-  ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДИНОЧНЫЕ
САЛОНИКИ ПРИ КАШЛЕ И ЧИХАНИИ
-  РЕГУЛЯРНО
ПРОВЕТРИВАЙТЕ
ПОМЕЩЕНИЕ

Называется на www.rosпотребнадзор.ru

О профилактике ОРВИ и гриппа

17. Октябрь 2021

Предстоящий эпидемиологический сезон ОРВИ и гриппа будет развиваться в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции. Кроме того, по прогнозу ВОЗ во всем мире будут циркулировать новые штаммы гриппа, поэтому профилактика респираторных заболеваний особенно актуальна. Роспотребнадзор напоминает, что наиболее эффективной мерой профилактики заболеваний является вакцинация.

Какие бывают вирусы?

Сегодня известно более 200 видов респираторных вирусов. Наиболее распространенными являются риновирусы – основные возбудители насморка, который часто называют «болезнью ста носовых платков». Парагрипп наиболее опасен для маленьких детей, так как является основной причиной ложного крупа. Кроме этого еще существуют: аденовирусы, респираторно-синцициальные вирусы, метапневмовирусы, бакавирусы, сезонные ранее известные коронавирусы.

До 2000-х годов коронавирусы были достаточно безобидными респираторными вирусами, которые дрейфовали в общей циркуляции, вызывая чаще всего ОРВИ с легким течением. За 20 лет произошло две эпидемических вспышки, связанных с коронавирусами. В 2002 году зафиксирована вспышка атипичной пневмонии, вызванной SARS-CoV и в 2012 – вспышка ближневосточного респираторного синдрома, вызванного MERS-CoV. Заболеваемость ближневосточным респираторным синдромом сохраняется в ряде стран и сейчас. Однако, в России до сих пор ни одного случая не было зарегистрировано.

Чем один вирус отличается от другого?

Респираторные вирусы не случайно объединяются в одну группу, поскольку клинические проявления у них схожи. Исключение составляют именно грипп и SARS-CoV-2 из-за особенностей вызываемых ими поражений лёгких и других органов.

Часто к ОРВИ относятся достаточно легкомысленно, считая ее обычной простудой, которая «сама пройдет». Но возбудители ОРВИ заметно отличаются и по тяжести заболевания, и по возможным осложнениям. Установить, какой из вирусов стал причиной заболевания, можно только при проведении лабораторного тестирования мазков из носа и зева. Наиболее распространенный – это метод полимеразной цепной реакции (ПЦР).

Исследование позволит не только поставить точный диагноз, но также назначить правильное лечение. Для гриппа существует специфическая противовирусная терапия, которую необходимо начать как можно раньше. Кроме того, исследование позволит избежать столь распространенной ошибки, как необоснованное применение антибактериальной терапии. Самостоятельно определить природу заболевания невозможно, необходимо обращаться к врачу.

Нужно ли принимать витамины?

Чтобы оставаться здоровым важно правильно и полноценно питаться. Основные витамины и микроэлементы человек должен получать из продуктов питания. Дополнительный прием витаминов обоснован в том случае, когда имеется лабораторно подтвержденный дефицит того или иного нутриента. Поэтому прежде чем покупать поливитамины, стоит пересмотреть свой рацион и разнообразить его сезонными овощами, фруктами, зеленью, рыбой, цельнозерновыми крупами, нерафинированным растительным маслом.

Почему прививка против гриппа - самое эффективное средство?

Вакцинация — эффективное средство профилактики гриппа. Каждый год создается новая вакцина, в которую включены те штаммы, циркуляция которых ожидается в предстоящем эпидемиологическом сезоне.

Изучением этих вирусов занимается Глобальная система надзора за гриппом, действующая под эгидой ВОЗ. В 114 странах мира, в их число входит и Россия, существуют Национальные центры по гриппу, которые занимаются сбором и изучением информации в своей стране. Ученые выделяют из проб вирус, изучают его генетические и антигенные свойства.

Но, несмотря на сделанную прививку, чтобы не заразиться другими возбудителями респираторных инфекций, необходимо носить защитные маски, соблюдать санитарно-гигиенические рекомендации (мытьё рук, использование дезинфицирующих средств) и социальную дистанцию.

После контактов с вероятно больными нужно умыть лицо и руки, прополоскать горло и промыть нос солевым изотоническим раствором или питьевой водой, не забыть про глаза, заменить маску.



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

О ПРОФИЛАКТИКЕ ОРВИ И ГРИППА

Предстоящий эпидемиологический сезон ОРВИ и гриппа будет развиваться в условиях сохранения рисков распространения новой коронавиральной инфекции. Кроме того, по прогнозу ВОЗ во всем мире будут циркулировать новые штаммы гриппа. Поэтому профилактика респираторных заболеваний особенно актуальна. Роспотребнадзор напоминает, что наиболее эффективной мерой профилактики заболеваний является вакцинация.

КАКИЕ БЫВАЮТ ВИРУСЫ?

Самая частая более 200 видов респираторных вирусов. Наиболее распространены являются риновирусы – они вызывают простуду, второй по частоте возбудитель – аденовирус – вызывает «болезнь глаза и уха», третий – парагрипп – наиболее опасен для маленьких детей, так как является основной причиной ложного крупа. Кроме этого еще существуют: дронавирус, респираторно-синцитиальный вирус, метапневмовирус, бокавирус, сезонный ранее известные коронавирусы.

До 2009 года коронавирусы были достаточно редкими возбудителями вирусных, которых дрейфовали в общей циркуляции, выходя чаще всего ОРВИ с легким течением. За 20 лет произошло две значительных вспышки, связанные с коронавирусом. В 2002 году зафиксирована высокая летальность малайзийской SARS-CoV и в 2012 – вспышка ближневосточного респираторного синдрома, вызванного MERS-CoV. Значительность ближневосточного респираторного синдрома сохраняется в ряде стран и сейчас. Однако, в России до сих пор ни одного случая не было зарегистрировано.



ЧЕМ ОДИН ВИРУС ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ДРУГОГО?

Респираторная герпес не отличается от других вирусов в одну группу, поскольку клинические проявления у них схожи. Исключением считается свиная грипп и SARS-CoV-2 из-за особенностей выживания или передачи между и другие организмы.

Что касается гриппа, то он относится к группе ОРВИ, которая «свои паразиты». Но возбудитель ОРВИ заметно отличается от остальных, и по своим особенностям. Устойчивый, как и вирус, стал причиной заболеваний, и только при проведении лабораторных исследований можно выявить возбудителя. Наиболее распространены – это грипп, вызываемый двумя видами (ГРИП).

Исторически препарат не только поставил точный диагноз, но также назначил правильное лечение. Для гриппа существуют специфические противовирусные препараты, которые необходимо начать как можно раньше. Кроме того, исследования показали, чтобы стать респираторной инфекцией, как необходимо применение антибактериальной терапии. Самостоятельно определить природу заболевания невозможно, необходимо обратиться к врачу.

НУЖНО ЛИ ПРИНИМАТЬ ВИТАМИНЫ?

Чтобы избежать заражения важно правильно и полноценно питаться. Особенно важно включать в рацион продукты, богатые витамином С. Дополнительный прием витаминных добавок в тех случаях, когда имеется лабораторно подтвержденный дефицит того или иного витамина. Поэтому прежде чем принимать витаминные добавки, стоит проконсультироваться с врачом, фармацевтом, специалистом в области диетологии.

ПОЧЕМУ ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА – САМЫЕ ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО?

Вакцинация – эффективнейшее средство профилактики гриппа. Каждый год создается новая вакцина, в которую включены те штаммы циркулирующих вирусов, которые ожидается в предстоящем эпидемиологическом сезоне. Получение этой вакцины значительно снижает риск заболеть гриппом, действующая под эгидой ВОЗ. В 114 странах мира, в их числе и в России, успешно реализуется программа вакцинации населения. Вакцинация проводится в своей стране. Ученые выдвигают на первый план, изучают его эффективность и безопасность. Но, несмотря на сделанную прививку, чтобы не заразиться другим возбудителем респираторных инфекций, необходимо соблюдать меры личной гигиены, избегать контактов с больными людьми, избегать поездок в общественном транспорте. После контактов с больными обязательно нужно мыть руки и нос, избегать контактов с больными носовыми выделениями, избегать прикосновения к лицу, не зевать, не кашлять, избегать тесных контактов.



Надписание на этом сайте является авторским



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

О РАЗЛИЧИЯХ СИМПТОМОВ ГРИППА И ОРВИ

**ГРИПП – ОПАСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В ГРУППЕ ОСТРЫХ
РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ**

РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА И ОРВИ ЗНАЧИТЕЛЬНО ВЫШЕ:



У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
СТАРШЕ 65 ЛЕТ



У БЕРЕМЕННЫХ
ЖЕНЩИН



У ДЕТЕЙ ДО 5 ЛЕТ



У ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ
ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



У ЛИЦ С ОСЛАБЛЕННОЙ
ИММУННОЙ СИСТЕМОЙ

СИМПТОМЫ ПРОСТУДЫ (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...

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 носовых ходов, сильная усталость, которая может длиться до двух недель, возможные тошнота, рвота, диарея. При появлении первых симптомов заболевания – оставайтесь дома и вызовите врача. Самолечение недопустимо.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!
 Подробная информация на www.garantpress.ru

ТОПКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ, НАЗНАЧИТЬ ЛЕЧЕНИЕ И КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕЖИХИ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

7. Если вы болеете с кашлем, особенно по вечерам и ночью, обязательно используйте маску.
8. Указывая на больного человека, обязательно используйте перчатки.
9. Указывая на больного человека только одним чистым пальцем.
10. В ожидании доктора обязательно используйте маску.



4. Если почувствовали кашель, сразу идите домой или в аптеку.
5. Соприкосновение, как минимум, с больным человеком, обязательно используйте маску.
6. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
7. Если вы болеете кашлем, обязательно используйте маску.



1. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
2. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
3. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
4. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
5. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
6. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
7. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
8. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
9. В ожидании доктора обязательно используйте маску.
10. В ожидании доктора обязательно используйте маску.



ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

РОСПОТРЕБНАДЗОР
 Единый консультационный центр
 Роспотребнадзора: 8 800 000 40 40

