

## О гриппе и ОРВИ: цифры, факты, профилактика, советы петербуржцам

Грипп и ОРВИ - это большая группа острых респираторных инфекционных заболеваний, вызываемая различными вирусами. В структуре общей инфекционной заболеваемости населения города больные гриппом и прочими ОРВИ ежегодно составляют более 90 %.

Заболеть может каждый из нас. Каждый год в Санкт-Петербурге гриппом и ОРВИ болеет около 1,5 миллиона человек. Экономический ущерб составляет от 7 до 9 млрд. рублей.

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация. Эффективность вакцины от гриппа несравнимо выше всех неспецифических медицинских препаратов, которые можно принимать в течение зимних месяцев (иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств и др.).

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, лицам старше 60 лет, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Вакцинацию целесообразно проводить в сентябре-ноябре, за 2–3 недели до начала подъема заболеваемости. Прививаться можно только в медицинском учреждении специально обученным медицинским персоналом, при этом перед вакцинацией обязателен осмотр врача.

Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39 °С, головная боль, боли в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенность носа, боль и першение в горле. Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач.

Грипп имеет обширный список возможных осложнений: пневмония, бронхит, отит, синусит, ринит, трахеит, миокардит, перикардит, менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты. Чтобы их избежать, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

Ежегодно в стране регистрируются случаи летальных исходов от осложнений, вызванных гриппом. **Все умершие не были привиты против гриппа, имели сопутствующие хронические заболевания и, как правило, поздно обращались за медицинской помощью.**

По планам Роспотребнадзора, в сезоне 2016-2017 гг. вакцинацию против гриппа пройдут 40% жителей России, что установит самый высокий уровень охвата за все годы проведения прививочной кампании. Данные цифры обозначены вовсе не случайно - ежегодно увеличивается количество желающих предупредить заболевание, а не лечить его. Завершить иммунизацию контингентов населения из групп риска, необходимо до 01.11.2016г.

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ.

Эпидемический подъем 2015-2016гг. заболеваемости гриппом и ОРВИ продолжался 6 недель. Всего за этот период гриппом и ОРВИ переболело 398 675 человек, что составило 7,6% населения. Из общего числа заболевших 53,7% составили дети. Наибольшее число заболевших было зарегистрировано среди организованных детей возрастных групп 3-6 лет (41% от возрастной группы), 7-14 лет (30% от возрастной группы), а также 0-2 лет (29% от возрастной группы).

Согласно данным Комитета по здравоохранению, в городе было зарегистрировано 102 случая летального исхода от осложнений после перенесенного гриппа. В 99% подтвержден грипп А/Н1N1/pdm09 и только в 1%- грипп А/Н3N2/. **Никто из жертв не был привит против гриппа.**

«Все больше петербуржцев осознает, что профилактика - лучшее лекарство. В 2015-2016 гг. вакцинировано против гриппа всего более 1,5 млн. человек, что составило 30,3% от численности населения. В рамках Национального календаря профилактических прививок привито 1 145 000 человек. Дополнительно из средств местного бюджета было выделено 47,9 млн. рублей на закупку вакцин против гриппа и вне национального календаря прививок

привито еще 408 тысяч человек» - заявила главный санитарный врач по городу Санкт-Петербургу Наталия Башкетова. С приходом холодной погоды в городе начинается сезонный подъем заболеваемости гриппом и ОРВИ. По данным **Управления Роспотребнадзора по городу Санкт-Петербургу**, пока заболеваемость находится на неэпидемическом уровне. Дневные и недельные пороговые уровни заболеваемости совокупного населения не превышены.

Важно, что те, кто был вакцинирован в прошлом году, не могут быть гарантированы от заболевания в связи с изменением циркулирующих вирусов. **Согласно рекомендациям Европейского бюро ВОЗ в сезоне 2016-2017 гг. для северного полушария определен новый состав вакцины:**

- A/California/7/2009 (H1N1) pdm09 – подобный вирус
- A/HongKong/4801/2014 (H3N2) – подобный вирус
- B/Brisbane/60/2008 – подобный вирус.

**Убедительно рекомендуем успеть сделать прививку до начала эпидемического подъема** и напоминаем, что в случае появления признаков заболевания необходимо остаться дома для лечения и предупреждения дальнейшего распространения инфекции, а при температуре 38-39°C незамедлительно вызвать участкового врача, либо бригаду «скорой помощи».

***Напоминаем правила профилактики гриппа:***

*Ни в коем случае не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия.*

*Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей.*

*Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, по возможности, изолируйте больных членов семьи.*

*Регулярно тщательно мойте руки с мылом и промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта.*

*Регулярно проветривайте помещение, делайте уборку и увлажняйте воздух там, где находитесь.*

*Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.), используйте при приготовлении пищи чеснок и лук.*

*По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.*

*В случае появления признаков заболевания обращайтесь к врачу.*

***Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансировано питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.***

**Привиться против сезонного гриппа можно с 01.09.2016 по 01.11.2016 года с 10-00 до 15-00 в отделениях Медицинского центра ГУАП по адресам:**

- ул. Большая Морская, 67, ауд. 32-01, тел. 315-40-82**
- ул.Гастелло, 15, ауд.11-02, тел. 708-39-30**
- ул.Ленсовета, 14, ауд.21-07, тел. 371-39-45**
- Московский пр.,149В, ауд.106, тел. 388-72-58**

**А также привиться можно с 29.08.2016 по 01.11.2016 с 9-00 до 20-00 в СПб ГБУЗ «Городская поликлиника №75» (ул.Кузнецовская, д.9, тел.369-86-01).**

Основание: информационное письмо Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Санкт-Петербургу «Вакцинопрофилактика: не обязательно, но добровольно».