

Профилактика ОРВИ в Шаранском районе

24 Января 2020 3

В республике в настоящее время наблюдается тенденция к росту заболеваемости. По итогам 3 недели года (13.01. - 19.01.2020) в республике заболели ОРВИ всего 20 063 человека, рост по сравнению с предыдущей неделей на 69%. Показатель заболеваемости в республике находится ниже эпидемического порога на 17%. Около 70% заболевших составляют дети до 17 лет. В Шаранском районе за 3-ю неделю года заболели ОРВИ 58 чел., что в 1,6 раза больше чем за предыдущую.

В связи с приближением сезона эпидемического неблагополучия по заболеваемости гриппом и ОРВИ, напоминаем меры личной профилактики:

- сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте;
- пользуйтесь маской в местах скопления людей;
- избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют;
- регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта;
- промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта;
- регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь;
- регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь;
- увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь;
- ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.);
- ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука;
- по рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет;
- при появлении признаков заболевания обращайтесь за помощью к врачу.

Ведущий специалист-эксперт Туймазинского территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Башкортостан А.М.Газетдинова