

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

(беседа для работников дошкольных и общеобразовательных учреждений)

Грипп – острое инфекционное заболевание с воздушно-капельным механизмом передачи возбудителя. Характеризуется острым началом, выраженной интоксикацией и поражением дыхательных путей.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) ежегодно в мире гриппом болеет каждый 3-й – 5-й ребенок и 5-й – 10-й взрослый.

Сезонные эпидемии возникают ежегодно чаще в осенне-зимний период.

В эпидемическом сезоне 2009-2010 годов на территории РФ, как и в других странах мира, циркулировал новый вирус гриппа A/H1N1/pdm09/. Поскольку иммунитет у населения к новому вирусу гриппа отсутствовал, эпидемический подъем заболеваемости гриппом был высокой интенсивности и регистрировался, в основном, в ноябре-декабре 2009 года.

В последующие три года эпидемические подъемы были смешанной этиологии. Вирус гриппа A/H1N1/pdm09/ циркулировал наравне с вирусами A/H3N2/ и B. Вирус гриппа A/H1N1/pdm09/ потерял пандемическое значение, и стал, как и другие вирусы гриппа, сезонным. Эпидемические подъемы заболеваемости начинались в январе-марте, приходились на зимне-весенние месяцы. Они были средней или низкой интенсивности.

Основной источник инфекции – больной человек, эпидемическая опасность которого коррелирует с выраженностью катаральных симптомов (чем ярче выражены катаральные явления, т.е. поражение слизистых носа, ротоглотки, сопровождающиеся насморком, чиханием, кашлем, тем больной наиболее опасен для окружающих людей).

Восприимчивость людей к вирусам гриппа абсолютная.

Наиболее высокие показатели заболеваемости в периоды эпидемических подъемов приходятся на детей и взрослых лиц молодого возраста.

К факторам высокого риска развития заболевания относятся:

- младенческий возраст (новорожденные)
- детский возраст младше 2-х лет
- беременные женщины
- лица с хронической патологией органов дыхания, включая бронхиальную астму
- с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы
- лица с нарушением обмена (сахарный диабет, ожирение)
- с патологией почек
- с заболеваниями органов кроветворения
- лица, получающие длительную терапию аспирином ряда заболеваний
- лица старше 65 лет

Заболевание начинается остро, часто сопровождается ознобом. Для гриппа очень характерно быстрое развитие клинических симптомов. Температура тела достигает максимальных значений (39-40 град.С) уже в первые 24-36 часов. Появляется головная боль, которая локализуется преимущественно в лобно-височной области, боль при движении глазных яблок, светобоязнь, боль в мышцах и суставах, нередко возникает тошнота или рвота, может снижаться артериальное давление. Сухой болезненный кашель, заложенность носа появляются, как правило, через несколько

часов от начала болезни. Явления ринита обычно не выражены, чаще отмечается заложенность носа, кашель в начале заболевания сухой, позже становится влажным с выделением слизистой мокроты. Типичным для гриппа является развитие трахеита, сопровождающееся болезненным кашлем в области грудины.

Поражение нервной системы при гриппе связано с токсическим действием вируса. Он может вызвать функциональные расстройства, серозный менингит и менингоэнцефалит. Поражение нервной системы чаще развивается на 3 – 5-е дни болезни: появляются сильная головная боль, рвота, судороги, изменение сознания.

Если у Вас появились перечисленные выше симптомы, необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью, так как грипп – серьезное заболевание, часто вызывающее осложнения, опасные для жизни.

Необходимо срочно обратиться к врачу, если у Вас появились:

- высокая температура
- одышка, затрудненное дыхание или боль в груди
- синюшность губ
- примесь крови в мокроте
- рвота и жидкий стул
- головокружение
- затруднение при мочеиспускании

Если Вы больны гриппоподобным заболеванием, оставайтесь дома и немедленно вызывайте врача. Максимально избегайте контактов с другими членами семьи. Это необходимо для того, чтобы вы не заразили других людей и не распространяли вирусную инфекцию далее. Исследования показали, что больные гриппом могут быть заразными в течение 8 дней: за 1 день до появления первых симптомов и до 7 дней после развития заболевания. Дети, особенно младшего возраста, могут оставаться заразными более длительный период времени.

Необходимо строго соблюдать правила личной и респираторной гигиены:

- Прикрывайте рот и нос носовым платком (салфеткой), когда Вы чихаете или кашляете. После использования выбрасывайте платок (салфетку) в емкость с дезинфицирующим раствором (мусорную корзину)
- Часто мойте руки водой с мылом, особенно после того, как Вы прикрывали рот или нос при чихании или кашле. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны
- Старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту. Именно этим путем распространяются вирусы
- Старайтесь избегать тесных контактов с людьми, следуйте рекомендациям относительно закрытия школ, избегания мест скопления людей и соблюдения других мер социальной разобщенности.

По выраженности интоксикации и нарастанию клинических симптомов грипп превосходит все другие респираторные вирусные заболевания. Образно говоря, инфекция при гриппе распространяется, словно пожар в прериях.

Поэтому очень важно своевременно и в полном объеме организовать профилактические и противоэпидемические мероприятия.

Все мероприятия по профилактике гриппа можно разделить на 2 группы:

1. Мероприятия, проводимые в предэпидемический период. Они включают:

1.1 Подготовку запаса:

- лекарственных средств для лечения и профилактики гриппа,
- средств индивидуальной защиты в достаточном количестве (маски, перчатки)
- дезинфекционных средств для работы в условиях эпидемического подъема заболеваемости

1.2 Уменьшение числа восприимчивых к вирусу гриппа лиц путем проведения вакцинопрофилактики, как наиболее эффективного способа защиты от этой инфекции. В первую очередь прививки против гриппа необходимо делать людям,

- а) - к группам риска по возможности заражения (дети, посещающие дошкольные образовательные учреждения и школы, медицинские работники, работники учреждений образования, торговли, транспорта, сферы обслуживания, воинские контингенты и другие, по роду своей деятельности имеющие большой контакт с окружающими людьми)
- б) - к группам риска по развитию тяжелых форм заболевания и осложнений (лица, страдающие хроническими соматическими заболеваниями, часто болеющие острыми респираторными вирусными заболеваниями, лица старше 60 лет)

1.3 Разработку плана взаимозаменяемости сотрудников учреждения на случай отсутствия основных работников

1.4 Постоянное, в том числе и в предэпидемический период, строгое соблюдение санитарно-гигиенического режима в учреждении: тщательное и регулярное проведение влажной уборки, проветривания помещений

1.5 Тщательное проведение утреннего приема детей в учреждение (опрос родителей о состоянии здоровья детей, при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации - проведении термометрии). Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не должны приниматься. Заболевших в течение дня детей необходимо изолировать от здоровых детей

1.6 Организацию сезонной неспецифической профилактики с применением курсов иммунокорректирующих препаратов, оздоровительных мероприятий

1.7 Проведение санитарно-просветительной работы с родителями по мерам личной и общественной профилактики, необходимости своевременного обращения за медицинской помощью и вреде самолечения

2. Мероприятия, проводимые в эпидемический период (с начала сезонного подъема заболеваемости) включают:

2.1 - В дошкольных образовательных организациях:

2.1.1 Активное выявление больных среди детей и сотрудников учреждения: помимо обычных мероприятий, проводимых в межэпидемический период:

- ежедневный контроль за симптомами острых респираторных заболеваний у сотрудников учреждения. При появлении таких

