

Ограничительные мероприятия, связанные с эпидемией гриппа и ОРВИ.



«За неделю, с 23 по 29 января, эпидемиологический порог в регионе был превышен на 92%, поэтому мы приняли решение с 1 февраля ввести ограничительные мероприятия.

Они предполагают усиление профилактики, создание запаса противовирусных препаратов в аптеках и поликлиниках, проведение утренних осмотров в школах и детских садах, - рассказал Олег Васильев. - Если количество заболевших в классе будет превышать 20% от общего количества детей, класс может быть закрыт на карантин».

Заместитель губернатора также отметил, что срок карантина будет зависеть от дальнейшего развития эпидситуации. Областное Управление Роспотребнадзора и Департамент здравоохранения отслеживают обстановку ежедневно. При этом проводить массовые мероприятия на улице не запрещено, а в закрытых помещениях – не рекомендуется, если количество заболевших превысило 20% от общего количества сотрудников или учащихся.

[Приказ Департамента ФКиС ВО](#)

Неспецифическая профилактика гриппа

1. Сезонный прием противовирусных препаратов – это препараты на основе интерферона, ремантадин, арбидол, оксолиновая мазь, витаминные комплексы, содержащие витамины А,Е, и В, сироп из плодов шиповника, настойка эхинацеи розовой)
2. Соблюдение правил личной гигиены - Частое мытье рук водой с мылом.
3. Здоровый образ жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическая активность.
4. Ношение марлевых или одноразовых масок.
5. Не посещать места массового скопления людей.



Симптомы, лечение и профилактика гриппа

ПРОФИЛАКТИКА

- Часто и тщательно мойте руки
- Избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми
- Придерживайтесь здорового образа жизни
- Пейте больше жидкости
- Принимайте витамин С

ЛЕЧЕНИЕ

- оставайтесь дома и не выходите на работу, в школу или другие общественные места
- немедленно обратитесь к врачу
- отдыхайте и пейте больше жидкости
- тщательно и часто мойте руки с мылом, особенно после кашля или чихания
- сообщите семье и друзьям о вашей болезни, избегайте контакта с людьми

СИМПТОМЫ

- головные боли
- повышение температуры до 39-40° С
- кашель, затруднение дыхания
- озноб
- мышечные боли, боли в суставах
- рвота
- диарея



**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**

