

АДМИНИСТРАЦИЯ
ВЛАДИМИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Департамент образования
администрации области

Б. Московская, д.61, г. Владимир, 600000
факс (4922) 77-85-27, тел. (4922) 77-85-31
e-mail: dz@dzo.vinfo.ru, dz@avo.ru
www.dz.avо.ru

ОКПО 00088733, ОГРН 1023301285787,
ИНН/КПП 3327101468/332901001

04.11.17 № 25-9Х66-02-04

от _____

*О мероприятиях по профилактике
внебольничных пневмоний, гриппа
и острых респираторных вирусных инфекций
во Владимирской области в эпидсезоне 2017-2018 годов*

Департамент здравоохранения администрации Владимирской области в целях усиления мероприятий по предупреждению заболеваний внебольничной пневмонией, недопущения формирования эпидемических очагов данной инфекции в организованных детских коллективах, своевременной организации и проведения профилактических мероприятий, а также с учетом прогнозируемого роста заболеваемости гриппом и ОРВИ предлагает:

1. Оказывать содействие учреждениям здравоохранения в проведении мероприятий по иммунизации против гриппа контингентов населения из групп риска, определенных национальным календарем профилактических прививок (детей с шестимесячного возраста, учащихся 1–11 классов; студентов профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования; работников образовательных организаций).

2. Своевременно вводить ограничительные мероприятия по гриппу и ОРВИ с учетом складывающейся эпидемиологической ситуации в соответствии с рекомендациями органов, осуществляющих федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор. При необходимости - принимать меры по введению «масочного режима», приостановлению учебного процесса, ограничению проведения массовых культурных и спортивных мероприятий в образовательных организациях.

3. Не допускать в образовательные учреждения детей и сотрудников с признаками заболевания: повышение температуры тела, кашель, насморк, недомогание, слабость, головная боль. Рекомендовать незамедлительно обращаться за медицинской помощью в таких случаях.

4. Принять меры по обеспечению детских образовательных организаций необходимым оборудованием и расходными материалами (термометрами, бактерицидными лампами, дезинфекционными средствами, средствами личной гигиены и индивидуальной защиты).

5. Поддерживать оптимальный тепловой режима в образовательных учреждениях, проводить дезинфекцию, соблюдать режимы проветривания в соответствии с требованиями санитарного законодательства.

6. Принять меры по обеспечению санитарного законодательства, обратив особое внимание на соблюдение гигиенических требований к организации питания, режиму общеобразовательного процесса, условиям для соблюдения личной гигиены детей и сотрудников, санитарному содержанию помещений.

7. Провести разъяснительную работу среди детей и сотрудников образовательных организаций по мерам профилактики гриппа, ОРВИ и внебольничных пневмоний: регулярное мытье рук с мылом, использование влажных очищающих салфеток, влажная уборка, проветривание, использование масок, своевременное лечение простудных заболеваний. Наилучшей мерой профилактики является формирование собственного иммунитета, а этому способствует: рациональный режим труда и отдыха, полноценное питание, ведение здорового образа жизни, санация хронических очагов инфекции, вакцинация от гриппа и пневмококковых инфекций.

8. Разместить в детских образовательных организациях памятку по профилактике гриппа.

Приложение: на 1 л. в 1 экз.

Директор департамента

 А.В.Кирюхин

Памятка "Осторожно: грипп!"

Грипп - это острое инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем и поражающее верхние дыхательные пути. Эпидемии гриппа происходят почти каждый год по всему миру.

Как происходит заражение:

Основной путь передачи вирусов гриппа и ОРВИ – воздушно-капельный. Вирусы передаются при разговоре, кашле и чихании от больного человека к здоровому. Это происходит, когда капельки, образовавшиеся в результате кашля или чихания инфицированного человека, попадают в рот и нос находящихся рядом людей. Вирусы могут также распространяться через загрязненные руки или предметы, на которых находятся частицы вирусами гриппа. Известно, что вирусы гриппа способны выживать с возможностью инфицирования человека на таких поверхностях, как столы, телефоны, дверные ручки, в течение 2-8 часов с момента попадания на поверхность.

Люди, инфицированные вирусом гриппа, начинают распространять возбудителя инфекции за день до появления первых симптомов заболевания и до седьмого дня болезни. Но есть группа лиц, в которую также входят дети младшего возраста, способных распространять вирус до десяти дней.

Симптомы: Заболевание начинается остро. Уже в первые часы температура тела достигает максимальных показателей – 39-40° С, появляется резкая слабость, выраженные головные и мышечные боли, боль при движении глазными яблоками или при надавливании на них. Катаральный синдром часто отступает на второй план, проявляется сухостью и ощущением першения в горле, заложенностью носа, сухим кашлем.

Профилактика:

Меры неспецифической профилактики гриппа в первую очередь складываются из соблюдения правил гигиены:

- Рекомендуется мыть руки с мылом или использовать влажные очищающие салфетки.
- Необходимо проводить влажную уборку, особенно тех поверхностей, которые имели наиболее частые контакты с руками, проветривание жилищ.
- Следует держаться подальше от потенциально зараженных людей, избегать посещения массовых мероприятий, мест с большим скоплением людей (общественный транспорт, торговые центры, кинотеатры и т.д.).
- Использовать маски, что поможет снизить риск контакта с инфекцией.

Не стоит забывать, что наилучшей мерой профилактики гриппа является формирование собственного иммунитета. Способствует этому здоровый образ жизни, полноценное питание, прием поливитаминов. Старайтесь высыпаться, откажитесь от вредных привычек, занимайтесь физическими упражнениями, избегайте стрессовых ситуаций. Употребляйте в пищу больше лука, чеснока, их можно развешивать в виде гирлянд или раскладывать в открытой посуде в нарезанном виде.

Что делать, если вы начали болеть:

1. Оставайтесь дома. Соблюдайте постельный режим.
2. При температуре 38 – 39°С вызовите участкового врача на дом. Не сбивайте температуру до 38 градусов – это показатель того, что в организме активно вырабатываются защитные клетки против вируса.
3. Пейте как можно больше жидкости – теплый чай, морсы, компоты, соки, отвар из трав, шиповника.
4. Соблюдайте правила личной гигиены: чаще мойте руки, прикрывайте рот и нос салфеткой во время кашля и чиханья. Регулярно проветривайте комнату. Пользуйтесь индивидуальной посудой и полотенцем.

Группы риска по возможным осложнениям:

- люди преклонного возраста
- люди, страдающие хроническими соматическими заболеваниями
- часто болеющие ОРЗ
- дети дошкольного возраста
- беременные женщины

Группы высокого риска заражения:

- медицинский персонал
- работники сферы обслуживания
- работники транспорта

- служащие учебных заведений
- воинские контингенты
- школьники

ПОМНИТЕ!

- не рекомендуется переносить грипп «на ногах»;
- самолечение при гриппе недопустимо;
- своевременное обращение к врачу и раннее начало лечения (первые 48 часов заболевания) снизят риск развития осложнений гриппа: бронхита, пневмонии, отита, менингита, энцефалита, поражения сердца, почек и других внутренних органов и систем.