

# **Рекомендации по профилактике гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции**

Специалисты Управление Роспотребнадзора по Новосибирской области в еженедельном режиме оценивает динамику заболеваемости острыми респираторными инфекциями. Темп прироста заболеваемости продолжает снижаться. Специалисты рекомендуют продолжать соблюдать меры профилактики – носить правильно маску, мыть руки, пользоваться антисептиком, вовремя вакцинироваться. При появлении первых клинических признаков ОРВИ и гриппа необходимо соблюдать респираторный этикет, не заниматься самолечением и не посещать больными рабочие места и организованные коллективы. Своевременное обращение за медицинской помощью поможет предотвратить развитие осложнений и ускорить выздоровление. Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение.

Родителям необходимо быть особенно внимательными к здоровью своих детей - каждое утро перед посещением школы, детского дошкольного учреждения оценивать состояние здоровья ребенка, измерять температуру и в организованный коллектив отправлять только здорового ребенка. Напоминаем также, что в Новосибирской области продолжается прививочная кампания против COVID-19. Вакцинация - это единственный способ остановить пандемию коронавирусной инфекции и эффективная альтернатива ограничительным мероприятиям!

## **Что нужно знать о клещевом энцефалите**

Клещевой энцефалит — это природно-очаговое вирусное заболевание с преимущественным поражением центральной нервной системы, нередко заканчивающееся трудноизлечимыми параличами, иногда смертью.

Переносчиками и резервуарами вируса клещевого энцефалита в природе являются иксодовые клещи.

### **Какие основные признаки болезни?**

Для заболевания характерна весенне-осенняя сезонность, связанная с периодом наибольшей активности клещей. Инкубационный (скрытый) период длится чаще 10-14 дней, с колебаниями от 1 до 60 дней.

Болезнь начинается остро, сопровождается ознобом, сильной головной болью, резким подъемом температуры до 38-39 градусов, тошнотой, рвотой. Беспокоят мышечные боли, которые наиболее часто локализуются в области шеи и плеч, грудного и поясничного отдела спины, конечностей.

### **Кто подвержен заражению?**

К заражению клещевым энцефалитом восприимчивы все люди, независимо от возраста и пола. Наибольшему риску подвержены лица, деятельность которых связана с пребыванием в лесу – работники леспромхозов, геологоразведочных партий, строители автомобильных и железных дорог, нефте- и газопроводов, линий электропередач, топографы, охотники, туристы. Горожане заражаются в пригородных лесах, лесопарках, на садово-огородных участках.

## **Где и как можно сделать прививку от клещевого вирусного энцефалита?**

В Российской Федерации зарегистрированы несколько вакцин против клещевого вирусного энцефалита. Прививку от клещевого энцефалита можно сделать в прививочных пунктах на базах поликлиник, медсанчастей, здравпунктов после консультации врача.

Следует запомнить, что завершить весь прививочный курс против клещевого энцефалита необходимо за 2 недели до выезда в неблагополучную территорию.

## **Что делать и куда обращаться, если вы не привиты, и находились на опасной неблагополучной по клещевому энцефалиту территории, и произошло присасывание клеща?**

Не привитым лицам проводится серопротекция – введение человеческого иммуноглобулина против клещевого энцефалита в течение 96 часов после присасывания клещей и обращения в медицинские организации по показаниям.