

В Республике Алтай растет число заболевших ОРВИ. За неделю в лечебно-профилактические учреждения региона с признаками ОРВИ обратились 830 человек, в том числе 516 детей до 14 лет, что на 20 % больше по сравнению с предыдущей неделей.

Больше половины заболевших проживают в Горно-Алтайске.

Лабораторные исследования материалов от заболевших ОРВИ на прошедшей неделе показали, что в регионе циркулируют вирусы не гриппозной этиологии: риновирусы, аденовирусы. Случаев гриппа в регионе в текущем сезоне не зарегистрировано.

Продолжается регистрация заболевания коронавирусом.

Наиболее эффективная мера защиты от гриппа – прививка! К 21 ноября в Республике Алтай привито против гриппа чуть больше 100 тысяч жителей (72 % от плана, 45,3 % от всего населения).

Напоминаем жителям региона простые меры профилактики ОРВИ и гриппа:

- Заболел -останься дома. Не нужно подвергать риску заражения своих коллег. Не стоит переносить простуду «на ногах» и по другой причине – это может привести к развитию осложнений.

- Чаще проветривайте помещение. В период простудных заболеваний проветривание необходимо проводить не реже 5-6 раз в день, особенно.

- Мойте руки чаще. И это касается не только приема пищи и посещения санузла, мойте руки после каждого посещения улицы и в течение дня по мере возможности. Старайтесь

не прикасаться грязными руками к лицу.

- Носите маску. Маска на 100% не спасет вас от заражения, но снизить риск вполне в силах. Но помните, что менять ее надо каждые 2-3 часа, а использовать повторно нельзя.

Самое главное помнить, что Ваш основной защитник – это хороший иммунитет! Занимайтесь спортом, правильно питайтесь, закаляйтесь, соблюдайте режим сна и отдыха, и тогда никаким вирусам не удастся сломить ваш иммунитет. И конечно, лучше всего при этом быть привитым против гриппа! Будьте здоровы!