21 ЯНВАРЯ – ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ГРИППА И ОРИ

Ожидаемый рост заболеваемости острыми респираторными инфекциями (ОРИ) в Беларуси в конце января – начале февраля требует пристального внимания и своевременных профилактических мер. Хотя сейчас Республика Беларусь находится в благоприятном эпидемиологическом периоде, необходимо понимать, что сезонные колебания неизбежны, и предстоящий подъем заболеваемости обусловлен рядом факторов. В структуре возбудителей ОРИ преобладают негриппозные вирусы, такие как аденовирусы (вызывающие конъюнктивит, фарингит, пневмонию), вирусы парагриппа (часто провоцирующие ларингит, трахеит, бронхит, особенно опасны для маленьких детей). Важно отметить, что помимо этих вирусов, в эпидемиологическом процессе участвуют и другие патогены, например, риновирусы, которые являются наиболее частой причиной обычной простуды. Передача всех этих возбудителей происходит воздушно-капельным путем, что делает их крайне контагиозными. Заражение происходит при вдыхании инфицированных аэрозолей, выделяемых больным человеком при кашле, чихании или разговоре. Кроме того, вирусы могут некоторое время сохраняться на поверхностях, поэтому контактный путь передачи также играет определенную роль.

Симптоматика ОРИ варьируется в зависимости от возбудителя, но в целом начинается постепенно: утомляемость, насморк, сухой кашель – типичные начальные проявления. Однако, прогрессирование болезни и тяжесть симптомов зависят от индивидуальных особенностей организма, возраста и наличия сопутствующих заболеваний. Грипп, вызываемый вирусами типов А и В, отличается от других ОРИ значительно большей агрессивностью и скоростью распространения. Вирус гриппа буквально за часы после заражения вызывает глубокое поражение слизистой оболочки дыхательных путей, что создает благоприятные условия для присоединения бактериальной инфекции и развития осложнений. В отличие от большинства ОРИ, грипп обычно начинается внезапно с высокой температуры (37,5–39 °С), сильной головной боли, мышечных и суставных болей, озноба, выраженной слабости, сухого кашля, насморка или заложенности носа, боли и першения в горле. Важно подчеркнуть, что грипп часто обостряет хронические заболевания, такие как бронхиальная астма, ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет и другие. Список возможных осложнений гриппа очень обширен и включает в себя пневмонию, отит, синусит, миокардит, энцефалит и другие серьезные состояния. Особую опасность грипп представляет для беременных женщин, пожилых людей, детей младшего возраста и людей с ослабленным иммунитетом. В этих группах населения грипп протекает

тяжелее и чаще приводит к развитию осложнений. Поэтому вакцинация против гриппа является одной из наиболее эффективных мер профилактики.

Ежегодная вакцинация помогает снизить риск заболевания, смягчить его течение и предотвратить возможные осложнения. Кроме вакцинации, важно соблюдать гигиену рук, использовать маски в местах массового скопления людей, регулярно проветривать помещения и избегать контактов с больными. При появлении первых признаков заболевания, таких как высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенность носа, ломота в теле, головная боль, озноб, слабость, потеря аппетита, затрудненность дыхания или чувство нехватки воздуха, необходимо немедленно обратиться к врачу. Самолечение может быть опасно и привести к затягиванию заболевания и развитию осложнений. Врач поставит диагноз, назначит соответствующее лечение и даст рекомендации по профилактике распространения инфекции. Строгое соблюдение режима изоляции в период болезни — необходимое условие для предотвращения дальнейшего распространения инфекции.

21 января 2025 года с 11.00 до 12.00 по телефону 8 (02354) 4 41 64 будет работать «прямая» линия. На вопросы ответит помощник врача-эпидемиолога Ельского районного центра гигиены и эпидемиологии Будишевская Елена Васильевна.

Инструктор-валеолог
ГУ «Ельский районный центр
гигиены и эпидемиологии»
Марина Мазуренко