

Меры профилактики высокопатогенного гриппа А (H1N1) - 2009

С 18 марта 2009 года в мире начали регистрироваться случаи заболеваний, вызванных высокопатогенным вирусом гриппа А (H1N1) - 2009. В дальнейшем заболевание стало распространяться по всему миру. Вирус появился в результате мутаций, изменив свои биологические свойства, приобрел способность инфицировать людей и вызвать тяжелые клинические формы заболеваний.

Симптомы заболевания, вызываемого новым вирусом гриппа А (H1N1) - 2009 у людей, сходны с симптомами сезонного гриппа и включают: высокую температуру, кашель, боль в горле, насморк или заложенность носа, боли во всем теле, головная боль, озноб и слабость. В отдельных случаях у больных наблюдаются рвота, диарея (жидкий стул).

Больной заразен в последний день инкубационного (скрытого) периода и в течение первых 7 дней заболевания. Лиц, которые продолжают сохранять признаки заболевания более 7 дней после начала болезни, следует считать потенциально заразными до разрешения симптомов заболевания. Инфекция передается в основном воздушно-капельным путем, но может передаваться и контактно-бытовым путем, через предметы, когда вирус через загрязненные руки попадает на слизистые рта и носа.

Если у Вас появились вышеуказанные симптомы, предпринимайте следующие меры:

- Не посещайте поликлинику во избежание заражения других, вызовите врача на дом и строго следуйте его рекомендациям. Оставайтесь дома в течение 7 дней после появления симптомов болезни или до тех пор, пока в течение 1 суток не будет наблюдаться никаких симптомов. Это необходимо, чтобы не заражать других и не распространять вирусную инфекцию.
- Прикрывайте рот и нос носовым платком при чихании или кашле. Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.
- Если Вы находитесь дома вместе с другими членами семьи - надевайте медицинскую маску или четырехслойную марлевую маску.

При уходе за членом семьи, который болен гриппом, наиболее важными способами защиты себя и других являются следующие:

- Держите больного в комнате, изолированной от помещений общего пользования в квартире. Следите за тем, чтобы дверь в комнату больного была закрыта. Выделите больному индивидуальную посуду и предметы личного обихода.

Попросите всех членов семьи чаще мыть руки с мылом

Проконсультируйтесь с врачом о необходимости приема противовирусных препаратов, для профилактики гриппа среди тех, кто контактирует с больным.

- При уходе за больным носите марлевую маску, которую меняйте через 3-4 часа.

- Ежедневно проводите уборку помещения с применением обычных моющих и дезинфицирующих средств и его проветривание.

- Следите за появлением симптомов гриппа у себя и членов семьи, при появлении первых признаков заболевания - немедленно вызывайте врача на дом.

Не посещайте массовые мероприятия в закрытых помещениях в период эпидемии гриппа, чаще находитесь на свежем воздухе, постоянно проветривайте помещение. Воздержитесь от поездок в страны, где регистрируется высокопатогенный грипп.

Управление Роспотребнадзора по Архангельской области с целью предупреждения тяжелых осложнений от гриппа рекомендует вакцинацию, как наиболее эффективное средство защиты как от сезонного, так и от высокопатогенного гриппа.