

Чем дальше в осень – тем ощутимее дыхание севера. А с наступлением холодов ежегодно обостряется проблема с сезонными простудными и вирусными респираторными заболеваниями, особое место среди которых занимает грипп. Эпидемии этой коварной и непредсказуемой инфекции наносят большой ущерб экономике. Чреват своими последствиями грипп и для самих заболевших, поскольку осложнения, которые он дает, порой надолго выводят человека из строя, бывает, что приводят к инвалидности, случаются, к сожалению, и летальные исходы. Какова ситуация с сезонной заболеваемостью в нашей республике в настоящее время, как уберечься от инфекций и что предпринимается для того, чтобы предотвратить их массовое распространение? На эти вопросы мы попросили ответить заведующего эпидемиологическим отделом федерального бюджетного учреждения «Центр гигиены и эпидемиологии по Республике Мордовия» А.Г.Стамикова.

- Ситуация по ОРЗ, вирусным респираторным заболеваниям и гриппу мы отслеживаем еженедельно, - пояснил Александр Герольдович. – Пока она не вызывает особых тревог. На сегодняшний день заболеваемость примерно на 30 процентов ниже эпидемического порога, и подъема не наблюдается ни по одной категории населения республики. К слову сказать, и в других российских регионах обстановка относительно благополучная, ни в одном из субъектов РФ эпидпороги не превышались. Вирусы гриппа особой активности также пока не проявляют, поэтому об эпидемии говорить рано. Как правило, она приходит к нам либо с Запада, либо с Востока, а там тоже сейчас все спокойно.

Тем не менее, мы должны быть готовы к любому повороту событий. Лучшим способом уберечься от инфекции, как считают медики, является своевременная прививка. По словам А.Г.Стамикова, в этом году в связи с мутацией вируса гриппа видоизменены два из трех компонентов, входящих в вакцину. Всего в Мордовию поступит 170 тысяч доз вакцин против гриппа, в том числе 45 тысяч доз «Гриппола плюс» для детей. На этой неделе должна поступить последняя партия «Гриппола» для взрослых.

На сегодняшний день уже привито более 20 процентов населения. В первую очередь прививки делаются лицам, входящим в группу риска – детям, посещающим детские сады, школьникам, студентам, воспитателям и преподавателям, медицинским работникам и работникам коммунальной сферы, пожилым людям старше 60 лет. Привиться от гриппа также могут все желающие в поликлиниках по месту жительства, причем, бесплатно, подчеркнул Александр Герольдович. Детям до 17 лет прививки делаются только с согласия родителей или их законных представителей.

Вместе с тем, как известно, мы сами должны постоянно заботиться о своем здоровье – укреплять и закалывать организм, полноценно питаться, принимать витамины, соблюдать режим труда и отдыха, одеваться по сезону, чаще бывать на свежем воздухе, проветривать помещения и делать влажную уборку. А если все же уберечься от инфекции не удастся, то при первых признаках заболевания необходимо обратиться к врачу. Ведь только он поставит верный диагноз и назначит правильное лечение.

**Александра Матеева**