

О ходе иммунизации населения против гриппа

Наиболее эффективным средством предупреждения заболеваний гриппом и его осложнений является вакцинация.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям, начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска – медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Во всех субъектах Российской Федерации проводится вакцинация против гриппа. В настоящее время в Российской Федерации против гриппа привито более 38,9 млн. человек, что составляет 26,5 % от численности населения Российской Федерации.

На 16.10.2020 в Смоленской области защиту против гриппа получили 165123 человека, в том числе 30753 детей, что составило 18,19% населения.

Управление рекомендует:

Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.

Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте, пользуйтесь маской.

Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например: чихают или кашляют.

Регулярно тщательно мойте руки с мылом, промывайте полость носа особенно после улицы и общественного транспорта.

Регулярно проветривайте, делайте влажную уборку,увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.

Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).

Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.

По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.

В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе – начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.

Управление напоминает, что на территории Смоленской области действует режим повышенной готовности в условиях сохраняющихся рисков распространения новой коронавирусной инфекции. Управление Роспотребнадзора по Смоленской области призывает соблюдать все меры безопасности для стабилизации ситуации с пандемией коронавируса.

Обязательно используйте средства индивидуальной защиты при посещении объектов торговли и бытового обслуживания, вокзалов, на остановках общественного транспорта, а также во всех видах транспорта общего пользования, включая такси, соблюдайте социальную дистанцию!