

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах напоминает

"Как можно защититься от клещей?"

Заболевание клещевым энцефалитом можно предупредить с помощью неспецифической и специфической профилактики.

Неспецифическая профилактика включает использование **специальной защитной одежды**, которая не должна допускать заползания клещей через воротник и обшлага. Рубашка должна иметь длинные рукава, которые у запястий укрепляют резинкой. Заправляют рубашку в брюки, концы брюк - в носки и сапоги. Голову и шею закрывают косынкой.

Для защиты от клещей **используют отпугивающие средства – репелленты**, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду. Перед использованием препаратов следует ознакомиться с инструкцией.

Большую роль играет правильный выбор места отдыха на природе. Самое главное нельзя останавливаться непосредственно на берегу реки, водоема, заросшем кустарниками и мелколесьем. Нужно выбрать более или менее чистое место, лучше полянку. Лапник или ветки для подстилки должны быть хорошо встряхнуты, свежескошенная трава провялена на солнце.

Каждому человеку, после посещения леса (прогулки) необходимо **проводить само - и взаимосмотры**. Это помогает своевременно обнаружить клещей и удалить их ещё до присасывания.

Специфическая профилактика включает проведение **профилактических прививок против** клещевого энцефалита, завершить весь прививочный курс против клещевого энцефалита необходимо за 2 недели до выезда в неблагополучную территорию.

Что делать и куда обращаться, если Вы не привиты и находились на опасной неблагополучной по клещевому энцефалиту территории и произошло присасывание клеща?

В случае присасывания клеща необходимо обратиться в течение часа за медицинской помощью для его удаления и исследования на наличие вируса клещевого энцефалита и решения вопроса о назначении экстренной иммунопрофилактики.

Не привитым лицам проводится **введение человеческого иммуноглобулина против клещевого энцефалита в течение 96 часов после присасывания клещей** и обращения в медицинские организации по показаниям.

Помните, своевременная вакцинация, применение акарицидных препаратов при выходе на природу, раннее обращение за медицинской помощью и своевременное лечение способствуют предупреждению и благоприятному исходу заболевания.

Используйте все средства защиты!

Профилактика энтеровирусной инфекции.

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах напоминает жителям района о мерах профилактики энтеровирусной инфекции.

Энтеровирусные инфекции - группа острых заболеваний, вызываемых энтеровирусами.

Попав в окружающую среду, энтеровирусы могут сохраняться довольно долго, так как хорошо переносят неблагоприятное воздействие. Хорошо сохраняются вирусы в воде и почве, при замораживании могут выживать на протяжении нескольких лет, однако восприимчивы к действию высоких температур.

Источником инфекции является больной человек или бессимптомный вирусоноситель. Вирус выделяется из носоглотки (при чихании, кашле, разговоре) или с фекалиями. Вирус также может выделяться из везикулярных высыпаний. Передача инфекции реализуются кон-

тактно-бытовым (загрязненные руки, предметы быта, личной гигиены), пищевым и водным путем (очень часто заражение происходит при купании в открытых водоемах).

Инкубационный период энтеровирусной инфекции варьируется от одних суток до 35 дней, в среднем - до 1 недели.

Заболевание начинается остро с повышением температуры до 38-39 градусов (температура держится 3-5 дней), наблюдается головная боль, слабость, сонливость, тошнота, рвота.

Энтеровирус поражает центральную нервную систему, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, слизистую оболочку глаз (конъюнктивит) и др. органы. Серозный менингит является наиболее типичной и тяжелой формой энтеровирусной инфекции.

Напоминаем о необходимости соблюдения простых профилактических мер для предупреждения заражения:

- по возможности, избегать контактов с лицами, имеющими признаки инфекционного заболевания;

- соблюдать правила личной гигиены: мыть руки перед едой, после возвращения с улицы и после каждого посещения туалета;

- соблюдать «респираторный этикет» при кашле и чихании;

- следить за чистотой предметов ухода за детьми раннего возраста; регулярно мыть детские игрушки;

- не покупать продукты в местах несанкционированной торговли;

- тщательно промывать горячей водой, приобретенные на рынках и в торговой сети, овощи и фрукты;

- регулярно проводить влажную уборку, чаще проветривать помещения;

- для питья использовать только кипяченую или бутилированную воду;

- купаться только в отведенных для этой цели местах;

- при купании в открытых водоемах избегать попадания воды в носоглотку - это лучшая профилактика энтеровирусной инфекции;

- ограничить посещение бассейнов.