

Профилактика гриппа.

Грипп - это острое инфекционное заболевание, передающееся воздушно - капельным путем, характеризующиеся поражением респираторного тракта (преимущественно трахеи), проявляющееся выраженной интоксикацией, кратковременной лихорадкой и умеренным катаральным синдромом.

Источник инфекции является больной человек, с явными и стертыми формами болезни, особую опасность представляет в первые 5-6 дней болезни. Вирус выделяется с каплями слюны, слизи и мокроты при дыхании, разговоре, плаче, кашле и чихании. Восприимчивость людей высокая. Болезнь распространяется повсеместно, появляется в виде вспышек и эпидемий, что представляет серьезную социальную и медицинскую проблему. Заболеваемость увеличивается в осенний - зимний период времени, чему способствует скученность населения и влияние климатического факторов. Быстрому распространению гриппа способствует короткий инкубационный период, воздушно-капельный путь передачи, высокая восприимчивость людей к гриппу. Основные симптомы гриппа: температура 38 - 39°C, головная боль, боль в мышцах и суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенность носа, боль и першение в горле.

Специфическая профилактика гриппа:

Вакцинопрофилактика является эффективным действующим способом защиты. Введение в организм вакцины, стимулирует иммунную систему на выработку антител для борьбы с инфекцией. Вакцинация проводится осенью во всех лечебно-профилактических организациях, до начала эпидемии. В вакцинации нуждается каждый человек, заботящийся о своем здоровье и здоровье окружающих, провакцинированные сотрудники в коллективе создают иммунную прослойку, которая надежно защищает от гриппа. Своевременная вакцинация снижает заболеваемость гриппом в несколько раз, смягчает течение болезни, сокращает ее длительность, предотвращает осложнения. Рекомендуемые сроки проведения с 1 сентября по 1 ноября 2019 года.

Неспецифическая профилактика гриппа:

- Общеукрепляющая (сезонная) - поливитамины, химиопрепараты или гомеопатические препараты, закаливающие процедуры и т.п.;
- Экстренная (в период эпидподъема заболеваемости или в очаге гриппа): прием препаратов интерферонового ряда, местная защита слизистых (капли на масляной основе и т.п.), противовирусные препараты широкого спектра - в профилактических дозах в соответствии с инструкцией и учетом противопоказаний.
- Барьерная (в период эпидподъема заболеваемости или в очаге гриппа): маски, соблюдение «респираторного» этикета, мытье рук, влажная уборка и проветривание в помещении. Больному - остаться дома!

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

Будьте здоровы!!!!

Как уберечь детей в период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ?

Дети не защищены от многочисленных инфекций, в том числе гриппа, в силу того, что их иммунитет полностью не сформирован. Ребенок легко и часто простужается, заболевает различными инфекционными болезнями и т.д. Любая инфекция у ребенка протекает тяжелее, чем у взрослого и необходимо соблюдать следующие меры профилактики:

- исключите посещение детей с признаками заболевания (насморк, кашель, недомогание, температура) массовых мероприятий (детские утренники, представления, концерты). Это опасно не только для заболевшего, который может получить осложнение, перенося заболевание «на ногах», но и для других детей, контактирующих с больным - одевайте детей по погоде, детям одинаково нежелательно переохлаждение и перегревание.
- после возвращения с улицы домой обязательно вымойте руки с мылом, ведь вирусы гриппа, так же как другие вирусы, вызывающие заболевание ОРВИ могут распространяться через загрязненные руки или предметы, им контаминированные;
- перед выходом из дома желательно смазать слизистую носа ребенка оксолиновой мазью;
- не берите с собой маленьких детей, отправляясь за покупками в магазины и на ярмарки. Исключите возможный нежелательный контакт ребенка с взрослыми и другими детьми, имеющими признаки болезни.

Укреплению иммунной системы способствует полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, занятия физкультурой, пребывание на свежем воздухе. Рекомендуется принимать аскорбиновую кислоту и поливитаминные препараты с микроэлементами.

Следует отметить, наибольшее количество витамина С содержится в соке квашеной капусты, а так же цитрусовых - лимонах, мандаринах, киви, клюкве, бруснике, шиповнике. Для профилактики в период эпидемического подъема гриппа и ОРВИ можно включать в рацион питания - лук, чеснок.

В момент появления симптомов заболевания, необходимо обратиться в поликлинику для консультации по лечению, если у Вас присутствует температура нужно вызвать участкового врача на дом. Строгое выполнение назначений и рекомендаций врача поможет Вам выздороветь.

Контроль за кондитерскими и хлебобулочными изделиями за 9 месяцев 2019 года

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах (далее – территориальный отдел) продолжает осуществлять контрольно-надзорные мероприятия в отношении юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, занятых производством кондитерских и хлебобулочных изделий.

За 9 месяцев 2019 года проведено 5 контрольно-надзорных мероприятий в отношении юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих производство и оборот хлеба, хлебобулочных и кондитерских изделий.

В рамках надзорных мероприятий исследовались пробы продукции. Все исследованные пробы кондитерских и хлебобулочных изделий соответствовали установленным гигиеническим требованиям.

Информация о пищевой продукции не соответствующей установленным требованиям по показателям безопасности и показателям свидетельствующим о её фальсификации, а также требованиям к маркировке размещаются на портале Государственный информационный ресурс в сфере защиты прав потребителей (ГИР ЗПП) в разделе «Продукция, не соответствующая обязательным требованиям».

По всем выявленным нарушениям юридические лица, должностные лица и индивидуальные предприниматели привлечены к административной ответственности в соответствии с Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях.

Ситуация по надзору за качеством и безопасностью кондитерских и хлебобулочных изделий остается на контроле территориального отдела.

При покупке кондитерских и хлебобулочных изделий необходимо обращать внимание на сроки годности и условия хранения. При обнаружении в обороте кондитерских и хлебобулочных изделий, не отвечающей обязательным требованиям безопасности, при нарушении в торговой точке условий хранения, вы вправе обратиться в территориальный отдел по адресу: (162130, Вологодская область, г. Сокол, ул. Набережная Свободы, д. 38, E-mail: to-sok@vologda.ru). Также обращение можно разместить на официальном сайте Управления Роспотребнадзора по Вологодской области по адресу <http://35.gospotrebnadzor.ru> в разделе «Обращения граждан».