

## **Профилактика гриппа и ОРВИ, внебольничных пневмоний**

Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) — группа инфекционных заболеваний, возбудителями которых являются разнообразные вирусы – гриппа, парагриппа, аденовирусы, риновирусы, РС-вирусы и другие. Практически все так называемые «простудные» заболевания являются заболеваниями вирусной природы. Вирусы легко передаются воздушно-капельным путём при кашле и чихании, разговоре, а также через предметы обихода, постельные принадлежности и детские игрушки. Наиболее подвержены острым респираторным вирусным инфекциям дети. В условиях тесного контакта детей в детских дошкольных учреждениях передача возбудителей инфекций происходит активнее, что повышает риск возникновения ОРВИ у дошкольников, посещающих организованные детские коллективы.

Пневмония - это воспаление легочной ткани, как правило, инфекционного происхождения. Внебольничная пневмония - это острое заболевание, возникшее во внебольничных условиях (вне стационара) или выявленное в первые 48 часов от момента госпитализации. Пневмония вызывается целым рядом возбудителей, включая вирусы, бактерии и грибы. Наиболее распространенными этиологическими агентами бактериальных пневмоний у детей являются пневмококк (*Streptococcus pneumoniae*) и гемофильная палочка (*Haemophilus influenzae* type b (Hib)). Среди патогенов вирусной природы распространенной причиной вирусной пневмонии является вирус гриппа, а также вирусы парагриппа и респираторно-синцитиальный вирус. Некоторые возбудители имеют свои особенности как источники заражения или течения заболевания. Эти возбудители — хламидия, микопlasма, легионелла.

Заболеваемость внебольничными пневмониями регистрируется в течение всего года, а в период сезонного подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом отмечается рост числа заболевших пневмониями. В структуре больных внебольничными пневмониями преобладает взрослое население, дети до 17-ти лет составляют около 30%. В тяжелых случаях пневмония может привести к летальному исходу.

**Симптомы заболевания.** В большинстве случаев клинически ОРВИ проявляется в виде лихорадки, боли и першения в горле, заложенности носа и обильных прозрачных выделений из носа, чихания, головных болей и болей в мышцах, общей слабости. Заподозрить пневмонию можно при ухудшении общего состояния во время ОРВИ – возврат лихорадки после периода нормальной температуры тела, появление кашля с выделением мокроты, одышки и боли в грудной клетке. Также больного могут беспокоить общие симптомы, особенно при тяжелых случаях: резкая слабость, отсутствие аппетита. При пневмонии, вызванной «атипичным возбудителем», может отсутствовать лихорадка, общее состояние может быть нетяжелым, но больного может беспокоить сухой навязчивый кашель.

**Передача инфекции.** Основным механизмом передачи респираторных инфекций является аэрозольный, который реализуется воздушно-пылевым и воздушно-капельным путями (при чихании, кашле, разговоре, дыхании). Источником является больной человек с признаками инфекции дыхательных путей, а так же люди с бессимптомным течением инфекции, без клинических симптомов заболевания. Кроме того, источником некоторых возбудителей (орнитоза, зоонозного гриппа) могут быть птицы и различные теплокровные животные.

### **Меры профилактики ОРВИ, гриппа и внебольничных пневмоний в детских организованных коллективах.**

Для детей, посещающих организованные коллективы, приоритетными являются мероприятия по специфической профилактике:

- иммунизация против гриппа (ежегодно, в осенний период года, перед началом сезонного подъема заболеваемости),

- иммунизация против пневмококковой и гемофильной инфекции (в сроки, определенные Национальным календарем профилактических прививок в соответствии с возрастом ребенка).

В осенне-зимний период требуется усиление противоэпидемического режима в образовательных учреждениях, направленное на исключение допуска в коллектив детей с симптомами ОРВИ и недопущения роста заболеваемости респираторными инфекциями среди воспитанников и учащихся: вводится «утренний фильтр» с термометрией детей до приема в группу/класс и опросом родителей; организуется регулярное проветривание помещений, поддерживается комфортная температура и влажность; обеспечивается качество уборок и текущей дезинфекции, при необходимости проводится обеззараживание воздуха с использованием ультрафиолетовых бактерицидных облучателей.

Немаловажными будут также мероприятия общеукрепляющей направленности, предупреждающие возникновение у детей инфекций респираторного тракта: соблюдение принципов здорового образа жизни: здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты); достаточное пребывание на свежем воздухе и пр. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегая как переохлаждения, так и чрезмерного перегревания; для прогулок на открытом воздухе желательно выбирать одежду, не стесняющую движений.



**Профилактика  
гриппа и ОРВИ  
для детей**



**Витаминизация**

**Для профилактики  
заболеваний  
рекомендуется**



**Вакцинация**



**Влажная уборка  
помещения**



**Личная гигиена**



**Ограничение  
контактов**



**Промывание  
носа солевым  
раствором**