

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА И ОРВИ



Грипп и ОРВИ

Острые респираторные инфекции (ОРИ) – заболевания, которые передаются воздушно-капельным путем и вызываются различными возбудителями: вирусами (аденовирусы, вирусы гриппа, парагриппа, респираторно-сентициальные вирусы и другие) и бактериями (стрептококки, стафилококки, пневмококки и другие).

В основном возбудители острых респираторных инфекций передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Любой человек, близко (приблизительно на расстоянии 1 метра) контактирующий с другим человеком с симптомами ОРИ (высокая температура, чихание, кашель, насморк, озноб, боль в мышцах) подвергается риску воздействия потенциально инфекционных вдыхаемых капель. Вирусы могут попасть в организм (в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. С помощью соблюдения личной гигиены можно предупредить распространение возбудителей, вызывающих респираторные инфекции.



Общие рекомендации

- Прикрывайте нос и рот салфеткой во время кашля или чихания. После использования салфетку выбрасывайте в мусор.
- Часто мойте руки водой с мылом, особенно после того, как вы чихнули или кашляли.
- Эффективным будет также использование спиртосодержащих средств для мытья рук.
- Избегайте близкого контакта с больными людьми.
- Старайтесь не прикасаться к своим глазам, носу и рту.
- Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий.
- Если вы заболели, оставайтесь дома и ограничьте контакты с другими людьми, чтобы не заразить их, держитесь на расстоянии не менее 1 метра от окружающих
- При появлении симптомов гриппа немедленно обращайтесь за медицинской помощью.



Основные рекомендации для населения

- Избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, обнаруживают явления жара (температуры) и кашель.
- Избегать многолюдных мест или сократить время пребывания в многолюдных местах.
- Стараться не прикасаться ко рту и носу.
- Соблюдать гигиену рук – чаще мыть руки водой с мылом или использовать средство для дезинфекции рук на спиртовой основе, особенно в случае прикосновения ко рту, носу.
- Увеличить приток свежего воздуха в жилые помещения, как можно чаще открывать окна.
- Используйте маски при контакте с больным человеком.
- Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность.



Рекомендации по уходу за больным дома

- Изолируйте больного от других, по крайней мере, на расстоянии не менее 1 метра от окружающих.
- Прикрывайте свой рот и нос при осуществлении ухода за больным с использованием масок.
- Тщательно мойте руки водой с мылом после каждого контакта с больным. Выделите отдельные полотенца каждому члену семьи.
- Кроме лиц, осуществляющих уход, больного не должны посещать другие посетители.
- По возможности, только один взрослый в доме должен осуществлять уход за больным.
- Избегайте того, чтобы за больным ухаживала беременная женщина.
- Постоянно проветривайте помещение, в котором находится больной.
- Содержите помещение в чистоте, используя моющие средства.



Рекомендации для лиц с симптомами ОРИ

- При плохом самочувствии оставаться дома и выполнять рекомендации врача, по возможности держаться от здоровых людей на расстоянии (1 метр).
- Отдыхать и принимать большое количество жидкости.
- Закрывать рот и нос при кашле или чихании носовым платком или другими пригодными для этой цели материалами. Утилизировать этот материал сразу после использования или стирать его. Мойте руки сразу после контакта с выделениями из дыхательных путей!
- Необходимо носить маску, если находитесь на общей территории дома поблизости от других

	<p>людей.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сообщите своим близким и друзьям о болезни.
 	<p style="text-align: center;">Рекомендации по использованию масок</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ношение масок обязательно для лиц, имеющих тесный контакт с больным пациентом • Аккуратно надевайте маску так, чтобы она закрывала рот и нос, и крепко завязывайте ее так, чтобы щелей между лицом и маской было, как можно меньше. • При использовании маски старайтесь не прикасаться к ней. • Прикоснувшись к использованной маске, например при снятии, вымойте руки водой с мылом или с использованием средств для дезинфекции рук на спиртовой основе. • Заменяйте используемую маску на новую чистую, сухую маску, как только используемая маска станет сырой (влажной). • Не следует использовать повторно маски, предназначенные для одноразового использования. • Выбрасывайте одноразовые маски после каждого использования и утилизируйте их сразу после снятия.
 	<p style="text-align: center;">Рекомендации для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей. • Научите детей кашлять и чихать в салфетку или в руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей. • Научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора-два метра. • Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится. • Воздержитесь от частых посещений мест скопления людей. • Если ребенок имел контакт с больным гриппом, спросите у врача необходимость приема противовирусных лекарств для предупреждения заболевания.



Что делать если ребенок заболел?

- При заболевании ребенка обратитесь за медицинской помощью к врачу.
- Оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь.
- Давайте ребенку много жидкости (сок, воду).
- Создайте ребенку комфортные условия, крайне важен покой.
- Если у ребенка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие средства, которые пропишет врач с учетом возраста пациента
- Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

**План мероприятий
по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных
инфекций
на 2017 – 2018 учебный год.**

<i>№ п./п.</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки исполнения</i>	<i>Исполнители</i>
1. Организационные мероприятия			
1.	Проведение утреннего фильтра и контроля в течение дня за воспитанниками и учащимися	Ежедневно.	Социальная служба, педагоги, медсестра, дежурный администратор.
2.	Проведение мониторинга заболеваемости ОРВИ в школе (количество детей выявленных с симптомами ОРВИ в течение дня, отсутствующих в образовательном учреждении по причине заболевания гриппа, ОРВИ, назначено амбулаторное лечение, стационарное лечение)	Ежедневно.	Медсестра.
3.	Проведение инструктажа среди персонала о первых признаках заболевания и порядка действий в случае выявления больных с признаками гриппа, ОРВИ.	1 раз в месяц или по мере необходимости.	Медсестра.
4.	Организация просветительской работы по профилактике гриппа среди детей, персонала и родителей: беседы, информация на сайте, классные часы и т.д.	В течение года.	Социальная служба, педагоги, медицинские работники.
5.	Обеспечение запаса моющих и дезинфицирующих средств для проведения текущей обработки, а также проведения усиленной и заключительной дезинфекции.	Постоянно.	Заведующая хозяйством
6.	Организация контроля проведения неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ : С-витаминизация третьих блюд, свежие овощи, фрукты.	Постоянно.	Медсестра, заведующая производством
7.	Подготовка запаса марлевых повязок, бумажных полотенец, мыла для мытья рук, одноразовых салфеток и носовых платков.	На случай подъема заболеваемости.	Социальная служба, заведующая хозяйством, кл. руководители.
8.	При объявлении ограниченных мероприятий в условиях эпидемии гриппа подготовка приказа об отмене проведения культурно-массовых и зрелищных мероприятий на базе учебно-воспитательных учреждений.	При подъеме заболеваемости.	Директор.
9.	Организация контроля за личной гигиеной учащихся и сотрудников.	Постоянно.	Педагоги, медсестра.
10.	Обеспечение проведения дезинфекционного режима и влажных уборок в помещениях школы.	Постоянно.	Заведующая хозяйством, технический персонал.

