

ИНФОРМАЦИЯ ПО ГРИППУ

В связи с ухудшением эпидемиологической обстановки по пандемическому гриппу А(Н1N1) в мире и регистрацией «завозных» случаев пандемического гриппа А(Н1N1) в Российской Федерации с целью обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения и недопущения завоза и распространения случаев пандемического гриппа среди населения Красноярского края. Руководствуясь п.2 ст. 50 Федерального закона от 30 марта 1999г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» сообщаем следующее:

Лицам, планирующим выезд в страны, где регистрируется заболеваемость пандемическим вирусом гриппа А(Н1N1) необходимо знать о возможности риска заражения гриппоподобным заболеванием, о необходимости соблюдения общепринятых мер личной профилактики при воздушно-капельных инфекциях - избегать посещения мест массового скопления людей, избегать тесного контакта с людьми с явными признаками острого респираторного заболевания (насморк, заложенность носа, ангина, кашель и др.). После возвращения из неблагополучных стран при возникновении признаков острого респираторного заболевания необходимо **срочно обратиться к врачу.**

Всем лицам прибывшим из стран, где лабораторно подтверждены случаи пандемического вируса гриппа А (Н1 N1) сообщить в деканат о вашем пребывании из неблагополучной страны.

Администрация КГПУ им. В. П. Астафьева

Страны, где имелись случаи пандемического вируса гриппа А (H1 N1):

- в Мексике, США, Канаде, Новой Зеландии, Великобритании, Израиле, Испании, Австрии, Германии, Дании, Нидерландах, Швейцарии, Китае, Корее, Франции, Коста-Рике, Италии, Сальвадоре, Колумбии, Ирландии, Португалии, Гватемале, Швеции, Польше, Бразилии, Аргентине, Австралии, Японии, Панаме, Норвегии, Таиланде, Кубе, Финляндии, Бельгии, Эквадоре, Перу, Индии, Малайзии, Турции, Чили, Греции, Филиппинах, Исландии, Российской Федерации, Гондурасе, Кувейте, Бахрейне, Сингапуре, Чехии, Румынии, Уругвае, Доминиканской Республике, Словакии, Багамах, Боливии, Кипре, Эстонии, Венгрии, Ямайке, Парагвае, Венесуэле, Вьетнаме, Болгарии, Египте, Ливане, Никарагуа, Барбадосе, Люксембурге, Саудовской Аравии, Кайманских о-вах, Доминике, Тринидад и Тобаго, Арабских Эмиратах, Украине, Секторе Газа, Марокко, Бермудах (УК), Виргинских островах (УК), Иордании, о. Кюрасао (Нидерланды), Катаре, Французской Полинезии, о. Мартиника (Франция), Самоа, о. Мен (УК), о. Джерси (УК), Шри-Ланке, Йемене, Лаосе, Омане, Папуа-Новой Гвинее, о. Сен-Мартен (Нидерланды), ЮАР, Фиджи, Алжир, Бангладеш, Бруней Даруссалан, Словении, Антигва и Бпрбуда, Камбоджи, Кабо-Верде, Эфиопии, Латвии, Черногории, Тунисе, Вануату, Кот-д Ивуаре, (берег Слоновой Кости), Индонезии, Иране, Сербии, Гернси, Ираке, Литве, Непале, Новой Каледонии, Кении, Маврикии, Мьянме, Сент-Люсии, Боснии и Герцеговине, Мальте, Арубе (Нидерланды), Палау, Уганде, о-вах Кука, Ливии, Македонии, Хорватии, Гваделупе (ФР.), Гайане, о. Св. Мартина, Сирии, Пуэрто-Рике, Виргинских о-вах (США), Сейшелах, Танзании, Ботсване, Белизе, Гаити.

Администрация КГПУ им. В. П. Астафьева

ПАМЯТКА

для обучающихся при появлении симптомов гриппоподобной болезни

Симптомы:

Признаки заболевания, вызываемого новым вирусом гриппа А(Н1N1) у людей включают:

- высокую температуру;
- кашель;
- боль в горле;
- насморк или заложенность носа;
- боли во всем теле;
- головную боль;
- озноб;
- слабость.

У некоторых людей, инфицированных новым вирусом гриппа А (Н1N1), также отмечаются понос и рвота.

Если Вы заболели

1. Если у Вас появились признаки болезни в образовательном учреждении необходимо сообщить преподавателям и немедленно обратиться к медицинскому работнику.
2. Если у Вас появились признаки заболевания дома, необходимо сообщить родителям и обратиться в участковую поликлинику по телефону, вызвать врача. В случае высокой температуры тела, наличия рвоты, одышки и других симптомов тяжелого состояния следует вызвать бригаду неотложной медицинской помощи.

Как себя вести во время болезни

Заболевание может продлиться неделю или дольше. Вы должны оставаться дома или поехать в больницу (по рекомендации врача).

Прикрывайте рот и нос носовым платком при чихании или кашле. После использования выбрасывайте платок в мусорную корзину.

- Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.
- Старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту.
- Старайтесь избегать близких контактов с больными людьми.
- Если Вы больны гриппоподобным заболеванием, оставайтесь дома в течение 7 дней после появления признаков болезни.
- Если Вы больны и находитесь в доме с другим членом семьи, носите медицинскую маску, чтобы не заразить ваших близких.

ПАМЯТКА

«Как не заболеть гриппом»

Основной путь передачи нового вируса гриппа А (H1N1) — такой же, как и путь передачи вируса сезонного гриппа — через капли, выделяемые при разговоре, чихании и кашле.

Вы можете защититься от инфицирования:

- Если будете избегать тесных контактов с людьми с гриппоподобными симптомами;
- Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их спиртосодержащим средством для обработки рук (особенно, если вы прикасаетесь ко рту и носу или к потенциально зараженным поверхностям);
- Сократить время пребывания в местах скопления людей;
- Регулярно проветривать помещения;
- Вести здоровый образ жизни, в том числе спать достаточное количество времени, правильно питаться и сохранять физическую активность.

Нужна ли маска?

- Если вы не больны, нет необходимости надевать маску.
- Если вы ухаживаете за больным человеком, вы должны надевать маску при близких контактах с ним. После таких контактов необходимо незамедлительно утилизировать маску: завернуть в пакет, выбросить, после этого тщательно вымыть руки.
- Правильное использование маски во всех ситуациях крайне важно, так как неправильное использование масок действительно приводит к резкому повышению вероятности распространения инфекции.

Как узнать, что у Вас грипп А (H1N1)?

Самостоятельно вы не сможете отличить сезонный грипп от гриппа А (H1N1). Типичные для него симптомы схожи с симптомами сезонного гриппа:

- Повышенная температура
- Головная боль
- Мышечные боли
- Боль в горле
- Насморк

Только врачи могут подтвердить случай заболевания гриппом А (H1N1).

Что делать, если Вы обнаружили у себя или своего ребенка такие симптомы?

- Надеть маску, менять ее каждые 2-3 часа, после этого правильно утилизировать и мыть руки.
- Немедленно обратиться в скорую помощь или в районную поликлинику, вызвать врача на дом.
- Оставаться дома. Посещение работы, школы, поездки недопустимы.
- Пить много жидкости.
- При кашле и чихании прикрывать рот и нос одноразовыми носовыми платками, после чего избавляться от них. Незамедлительно мыть руки водой с мылом или протирать их спиртосодержащей жидкостью для рук.
- Самостоятельно принимать противовирусные препараты нельзя, что бы Вам не посоветовали в аптеке, лечение может назначить только врач.