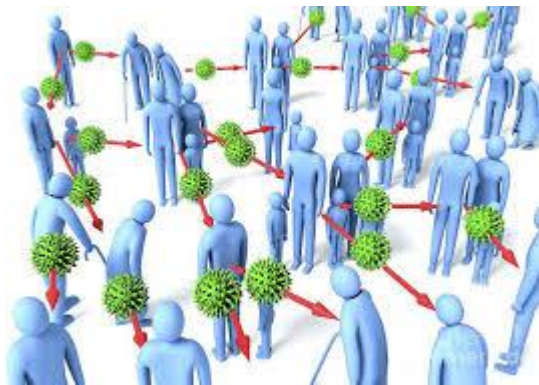


# *Воздушно-капельные инфекции. Меры профилактики.*



*Воздушно-капельный* (пылевой, ингаляционный) – один из самых распространенных и быстрых способов передачи инфекционных болезней. Таким путем могут передаваться заболевания, вызываемые как вирусами, так и бактериями. Воспалительный процесс слизистых оболочек верхних дыхательных путей способствует распространению возбудителей. Большое количество микробов выделяется с капельками слизи при кашле, чихании, разговоре, плаче, крике.

Воздушно-капельные инфекции можно разделить на вирусные инфекции (ОРВИ, грипп, парагрипп, аденовирусная инфекция, ветряная оспа, корь, краснуха, эпидемический паротит) и бактериальные (ангина, скарлатина, дифтерия, менингококковая инфекция).

Первое «знакомство» человека с воздушно-капельными инфекциями проходит в раннем детском возрасте, потом значительно чаще при вступлении в организованный коллектив. Так дети, которые посещают садик и школу, болеют воздушно-капельными инфекциями значительно чаще, чем неорганизованные. Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) занимают первое место в мире по частоте и количеству случаев заболевания и составляют 95% всех инфекционных патологий.

Причинами такой высокой заболеваемости считают скученность населения в общественных местах (в организованных коллективах детей, при проведении массовых мероприятий, в общественном транспорте и др.), низкую гигиеническую культуру людей, неполноценное питание. Заражение осуществляется от больного посредством близкого контакта, а также при нахождении с больным в одном помещении, т.к. при кашле, разговоре, чихании у больного выделяются микрочастицы слизистого секрета, который содержит вирусы.

**Для поддержания хорошего иммунитета и, как следствие, снижения восприимчивости организма человека к заболеваниям, передающимся воздушно-капельным путем, необходимо осуществлять оздоровительные мероприятия:**

- формирование здорового образа жизни (закаливание организма с использованием различных водных процедур, выполнение регулярных физических упражнений, правильный режим питания, калорийность пищи, ее насыщенность витаминами).
- своевременное лечение хронических очагов воспаления,

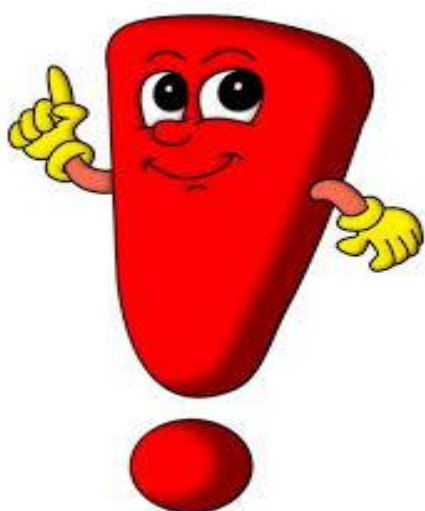
**Важное значение в профилактике воздушно-капельных инфекций имеют санитарно-гигиенические мероприятия:**

- соблюдение основных правил личной гигиены (тщательное мытье рук с мылом, промывание слизистых носа и ротоглотки антисептическими растворами);
- ежедневное проведение влажной уборки с использованием дезинфицирующих средств, а также частое проветривание помещений (3-4 раза в день, не менее 30-40 минут каждый раз);
- ограничение контактов в период распространения инфекции, отказ от посещения мест скопления народа и увеселительных мероприятий до момента окончания эпидемии. При появлении первых признаков заболевания нельзя посещать школу, детский сад, взрослым - учреждения и предприятия, где они работают. При эпидемии не следует посещать общественные заведения.

**Самым эффективным способом профилактики воздушно-капельных инфекций является специфическая профилактика – вакцинация.**

Иммунизация против пневмококковой, менингококковой и гемофильной инфекций, гриппа, коклюша, дифтерии, кори, краснухи, эпидемического паротита, туберкулёза в сроки, установленные Национальным календарём профилактических прививок и по эпидемическим показаниям, защитит от этих инфекционных заболеваний.

**При наличии признаков инфекционного заболевания не занимайтесь самолечением, а немедленно обратитесь за квалифицированной медицинской помощью.**



# ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫЕ ИНФЕКЦИИ

ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ



**Инфекция находится в дыхательных органах**

## **Заболевания:**

- грипп
- ОРВИ (острые респираторные вирусные инфекции)
- ангина
- дифтерия
- коклюш
- корь
- риновирусные инфекции

## **Профилактика:**

- правильная организация режима дня;
- полноценное, разнообразное питание;
- частое проветривание помещений;
- закаливание;
- соблюдение личной гигиены
- вакцинация
- избегать контакта с больным.

