

Профилактика гриппа: Памятка для педагогов

Проблема ГРИППа с каждым годом становится всё более актуальной. Из-за высокого скопления людей в городах эпидемии ГРИППа в последние годы участились, стали развиваться в более сжатые сроки и в течение 1,5-2 месяцев охватывать до 30-40% жителей, представляя серьёзную угрозу здоровью населения и нанося ощутимый ущерб экономике.

Основные места распространения инфекции - места массового скопления населения - это пассажирский транспорт, вокзалы, поликлиники, школы, детские сады, торговые центры.

Основные условия, способствующие быстрому распространению ГРИППа:

- Постоянная мутация вирусов и новые виды, перед которыми население оказывается практически беззащитными
- Высокая естественная восприимчивость к ГРИППу большей части населения
- Короткий период развития заболевания (в среднем 13-36 часов), значительное число лёгких, стёртых и бессимптомных форм течения инфекции, когда больные не обращаются за помощью, но продолжают заражать окружающих
- Простота и лёгкость воздушно-капельного пути передачи вируса от больного человека к здоровому

Основные особенности ГРИППА:

- Источником инфекции при ГРИППе является больной человек.
- Передача вируса осуществляется через воздух при разговоре, кашле, чихании.
- Вирус в помещении сохраняет заражающую способность от 2 до 9 часов. Чем выше концентрация вируса в помещении, тем больше шансов заразиться.
- Размножается вирус в верхних дыхательных путях и уже через 24-48 часов у заболевшего отмечаются признаки заболевания. С момента появления первых симптомов больной остается источником инфекции до 5 дней.
- Подвержены заболеванию люди всех возрастов, но особенно - дети, лица пожилого возраста и те, кто страдает тяжелыми хроническими заболеваниями.

- Заболевание сопровождается высокой температурой, кашлем, насморком, слезотечением, появлением головных и мышечных болей, но самое опасное - это осложнения (обострения сердечных и легочных заболеваний, иногда приводящие к смертельным исходам).

Профилактика ГРИППа

В борьбе с ГРИППом решающее значение имеет вакцинация, поскольку она не только резко снижает уровень заболеваемости, но и значительно смягчает течение инфекции, предупреждает возникновение тяжелых осложнений и смертельных исходов.

При этом не следует забывать о здоровом образе жизни, который способствует укреплению организма и противостоянию инфекциям: необходимо чаще бывать на свежем воздухе, заниматься физкультурой, отказаться от курения, алкоголя, больше употреблять в пищу свежих овощей, фруктов, соков и витаминизированных напитков, не допускать переохлаждения.

Мероприятия по профилактике ГРИППа и ОРВИ в образовательных организациях

- 1). Основное внимание необходимо уделять изоляции больных детей и персонала. Лица с признаками ГРИППа и ОРВИ не допускаются до занятий.
- 2). В образовательных организациях необходимо соблюдать гигиенический режим:

Гигиена рук.

ГРИПП может распространяться через загрязненные руки или предметы, контаминированные вирусами ГРИППа. Детям и персоналу необходимо рекомендовать частое мытьё рук водой с мылом, особенно после кашля или чихания, а так же использование бактерицидных гелей и салфеток для обработки рук, пропитанных спиртосодержащим средством. Педагогам, совместно с медицинским работником необходимо обеспечить надзор за детьми во время мытья рук.

«Респираторный этикет»

Считается, что вирусы ГРИППа распространяются, главным образом, от человека к человеку через вдыхание мельчайших капелек, образующихся при кашле и чихании. При кашле и чихании рекомендуется прикрывать нос и рот одноразовым платком и выбрасывать его в урну после использования, а также мыть руки. Для соблюдения «респираторного этикета» дети и персонал должны применять одноразовые маски и одноразовые платки. Педагоги, совместно с медицинским работником должны проинструктировать обучающихся о важности «респираторного этикета» и важности гигиены рук.

Правила использования медицинской маски

Правильное использование масок во время эпидемий ГРИППа снижает риск заражения вирусными инфекциями на 60–80% (!).

Необходимо только соблюдать правила ее ношения, знать когда и как одевать медицинскую маску:

- использовать маску НЕ БОЛЕЕ 2-х часов;
- не касаться закрепленной на лице маски;
- тщательно мыть руки с мылом после снятия использованной маски;
- маски носить как тому, кто находится рядом с больным, так и самому больному;
- носить маску в местах большого скопления людей ;
- маска должна закрывать не только рот, но и нос;
- маска должна плотно прилегать к лицу.

Усиленный режим проветривания всех помещений школы еще одно из важных мероприятий в борьбе с эпидемией ГРИППа.

Дети, педагогические работники, другие сотрудник с признаками ГРИППа и ОРВИ заболевания, на момент прихода в школу или заболевающие в течение дня, должны быть немедленно изолированы от других учеников и персонала и отправлены домой.

Классным руководителям необходимо регулярно обновлять контактную информацию родителей, на случай, если им потребуются забрать больного ребенка.

Классным руководителям, совместно с медицинскими работниками необходимо проводить разъяснительную работу с детьми о мерах профилактики острых респираторных вирусных инфекций, ГРИППа.