

**Профилактика
острых вирусных респираторных инфекций
(ОРВИ)**

ОРВИ – это ряд острых вирусных заболеваний дыхательных путей, вызываемых различными вирусами: риновирусом, аденовирусом, респираторно-синцитиальным вирусом, вирусом парагриппа, коронавирусом и прочими.

**ОРВИ или Грипп
В чем разница?**



Симптомы	ОРВИ	Грипп
начало болезни	чаще плавное	острое
температура тела	выше 38С° поднимается редко	39С° и выше достигает за 2-3 часа, держится 3-4 дня
интоксикация организма	слабая, общее состояние удовлетворительное	оноб, пот, головная боль (в висках и в области глаз) светобоязнь, головокружение, ломота в мышцах и суставах
кашель, дискомфорт в области груди	сухой, острый, умеренно выраженный, появляется сразу	мучительный, с болью, появляется на 2-е сутки
насморк и заложенность носа	зачастую основной симптом	небольшая заложенность, появляется на 2-й день
боль и покраснение горла	один из основных симптомов	в первые дни болезни появляется не всегда
покраснение глаз	в случае присоединения бактериальной инфекции	частый симптом

Интересные факты об ОРВИ

Вирус, вызывающий ОРВИ, может распространяться на расстояние до 3,5 м, когда больной кашляет или чихает

ОРВИ тесно связана со стрессом. Давайте вашему организму достаточно времени на полноценный отдых, чтобы сохранить естественную защиту против болезней

Больной ОРВИ заразен, особенно в течение первых трех-четырех дней после появления симптомов



Меры профилактики



**ЕСЛИ ВЫ
ИЛИ ВАШ РЕБЕНОК
ВСЕ-ТАКИ
ЗАБОЛЕЛИ
ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА
И ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА**



Старайтесь избегать мест массового скопления людей
Надевайте медицинскую маску



Регулярно проветривайте и проводите влажную уборку помещений



Кушайте продукты с высоким содержанием витамина С (клюква, брусника лимон)



Соблюдайте правила личной гигиены
Тщательно мойте руки с мылом



Одевайтесь соответственно погодным условиям
Следите за прогнозом погоды

Меры профилактики ОРВИ в организованных коллективах



ПРОВЕДЕНИЕ «УТРЕННЕГО ФИЛЬТРА» ПРИ ПРИЁМЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ И УЧАЩИХСЯ, СТУДЕНТОВ, СОТРУДНИКОВ И ПЕДАГОГОВ



НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНУЮ ИЗОЛЯЦИЮ ЛИЦ С ОБЪЕКТИВНЫМИ СИМПТОМАМИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



РЕГУЛЯРНОЕ ПРОВЕТРИВАНИЕ И ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЕ ВОЗДУХА ОБЛУЧАТЕЛЯМИ РЕЦИКУЛЯТОРНОГО ТИПА



СОБЛЮДЕНИЕ ОПТИМАЛЬНОГО ТЕМПЕРАТУРНОГО РЕЖИМА, ПРОВЕДЕНИЕ ВЛАЖНОЙ УБОРКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ



ПРИ ОТСУТСТВИИ БОЛЕЕ 20% ДЕТЕЙ, УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ РЕШАТЬ ВОПРОС О РАЗОВЩЕНИИ ДЕТЕЙ НА МИНИМАЛЬНЫЙ ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

