

## **Меры профилактики респираторных инфекций в образовательных учреждениях**

Для сохранения здоровья населения Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области обращает внимание руководителей образовательных организаций на соблюдение мер профилактики респираторных инфекций в детских коллективах: контроль за посещаемостью, условиями соблюдения личной гигиены детьми и персоналом, соблюдением режима проветривания, правил проведения влажных уборок с дезинфицирующими средствами, организацией питания и питьевого режима.

В целях недопущения распространения респираторных инфекций в образовательных учреждениях при заболевании 20% учащихся (воспитанников) приостанавливается учебный (воспитательный) процесс в классе или школе.

В детские учреждения не допускаются дети и персонал с признаками простуды. Если вдруг ребенок почувствовал себя плохо в течение дня, его должны изолировать от других детей в классе до прихода родителей. В соответствии с п.6.4 Санитарных правил «Профилактика гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций» изоляцию больного ОРВИ проводят до исчезновения клинических симптомов по истечении 7 дней с момента заболевания.

**Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области призывает родителей не отправлять детей с признаками ОРВИ (насморк, кашель, температура) в организованные детские коллективы (школы, детсады и пр.) и напоминает о необходимости профилактики по предупреждению заболеваний ОРВИ и гриппом:**

- регулярно тщательно (в течение 20 секунд) мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта, торговых центров;

- прикрывайте рот и нос салфеткой/платком при кашле, чихании;

- употребляйте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (шиповник, клюква, брусника, лимон, болгарский перец, капуста):

- избегайте тесного контакта с людьми, которые имеют признаки гриппа, ОРВИ;

- при наличии симптомов заболевания – оставайтесь дома и обратитесь к врачу;

- проводите влажные уборки помещений и проветривание;

- ведите здоровый образ жизни.

## **ВНИМАНИЮ ПОТРЕБИТЕЛЯ: Используйте антибиотики правильно!**

Всемирная неделя правильного использования антибиотиков это глобальная многолетняя кампания, которая проводится ежегодно в ноябре под девизом «Антибиотики: используйте осторожно!»

Проблема устойчивости к антибиотикам затрагивает каждого человека, в любом возрасте и в любой стране.

Антибиотики повсеместно используют для профилактики и лечения бактериальных инфекционных заболеваний. Устойчивость к антибиотикам развивается в случае изменения бактерий в ответ на применение этих препаратов.

Антибиотикорезистентность - это явление естественное, но неправильное использование антибиотиков ускоряет этот процесс в разы.

Все больше инфекционных заболеваний – пневмонию, туберкулез, гонорею и сальмонеллез, и многие другие, становится труднее лечить из-за снижения эффективности антибиотиков.

Важно понимать, что устойчивость к антибиотикам развивается именно у бактерий, а не людей. Такие устойчивые «супер бактерии» вызывают инфекции, которые лечить намного труднее, чем инфекции от бактерий, не имеющих такой устойчивости.

Везде, где антибиотики можно приобрести без рецепта, риск развития устойчивости возрастает.

В наше время каждая эпидемия может стать пандемией, границы между странами не сдерживают инфекции, они быстро распространяются всему миру. Это грозит катастрофическими последствиями для человечества.

По прогнозам ученых, если проблема нерационального использования антибиотиков не будет решена, в течение ближайших 10-15 лет предполагается появление инфекционного заболевания, которое может привести к смерти не менее 30 миллионов человек.

Если ситуация не изменится, на нас начнет надвигаться пост-антибиотическая эра, когда распространенные инфекции и

незначительные травмы вновь могут стать смертельными, какими и были до открытия антибиотиков.

Развитие устойчивости к антибиотикам в первую очередь обусловлена их неоправданным назначением и неправильным использованием. Антибиотики часто выписывают врачи, без достаточных на то оснований, в качестве «перестраховки», а возможность свободно приобрести препараты без рецепта, позволяет и самим пациентам применять их при малейшем недомогании.

Что мы можем сделать для предотвращения распространения устойчивости к антибиотикам:

- Принимать антибиотики только по назначению врача.
- Не требовать назначения антибиотиков, и не приобретать их самостоятельно, если врач не видит в этом при необходимости.
- Неукоснительно соблюдать рекомендации врача при использовании антибиотиков.
- Никогда не давать свои антибиотики другим.

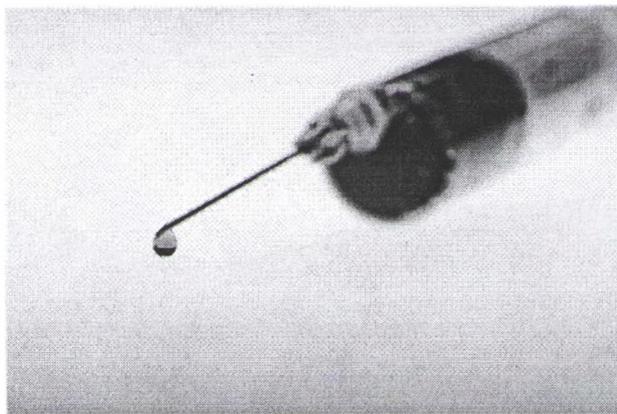
Предотвращать заражение, строго соблюдая правила гигиены: регулярно мыть руки, соблюдать гигиену во время приготовления пищи, избегать тесного контакта с больными, практиковать безопасный секс, своевременно делать прививки.

# О ВИЧ-инфекции

**ВИЧ – вирус иммунодефицита человека**

ВИЧ-вирус иммунодефицита человека - вирус, вызывающий СПИД (синдром приобретённого иммунодефицита).

## Пути передачи ВИЧ



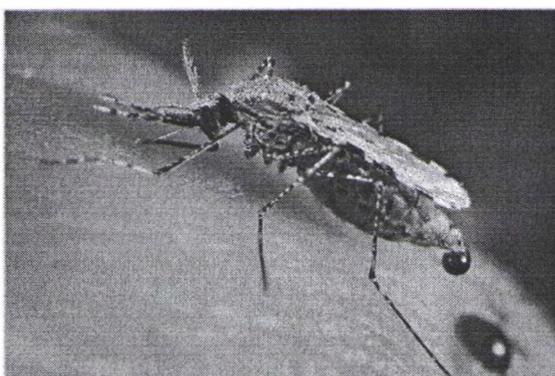
Главным путём проникновения вируса в организм является кровь. Также вирус содержится в сперме.

ВИЧ-инфекцией можно заразиться при:

- Половом контакте с ВИЧ-инфицированным. Половые контакты без презерватива – самый частый путь передачи ВИЧ. Заболевания, передаваемые половым путём, повышают риск заражения ВИЧ.
- При гомосексуальных контактах.
- При анальных половых контактах.
- При переливании инфицированной крови (заражение возможно при искусственном оплодотворении, трансплантации кожи и органов).
- При использовании игл, шприцев, которые использовал ВИЧ-инфицированный.
- От матери ребёнку (во время беременности, родов, при кормлении грудью).
- Вероятность передачи ВИЧ-инфекции повышается при наличии повреждённых кожных покровов (травмы, ссадины, заболевания дёсен).
- При нестерильных манипуляциях (татуировки, пирсинг, маникюр, педикюр).

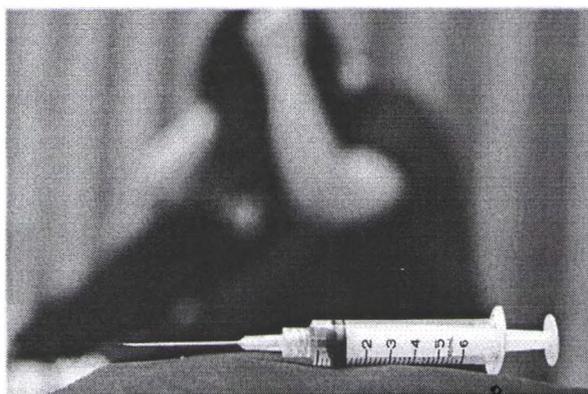
От больных к медперсоналу, который имеет контакт с кровью и прочими жидкостями больных ВИЧ или СПИДом, при несоблюдении ими санитарно-гигиенических правил.

**ВИЧ не передаётся:**



- Контактно-бытовым путём.
- Москитами, комарами, пчёлами, осами, блохами.
- Через слюну и слезную жидкость, не содержащие кровь.
- Через общие стаканы, вилки, фрукты, бутерброды.
- Во время чихания и кашля.
- Через поцелуй.
- Через одежду.
- При пользовании ванной, туалетом.

### Кто находится в группе повышенного риска?



- Лица, употребляющие инъекционные наркотики.
- Мужчины нетрадиционной сексуальной ориентации.
- Люди, у которых не один половой партнёр.
- Лица, практикующие незащищённый анальный секс.
- Лица, практикующие незащищённый вагинальный секс.
- Лица, практикующие незащищённый оральный секс.
- Лица, которым сделали переливание непроверенной донорской крови.
- Больные, которым необходим гемодиализ.
- Дети, матери которых инфицированы.
- Больные другими венерическими заболеваниями.
- Секс-работники и их клиенты.

### Группы риска в профессиональной деятельности:

Существует круг профессий, представители которых имеют высокий риск заражения ВИЧ - инфекцией.

- Основная группа риска в этой категории – это медицинские работники. Заражение происходит, как правило, при несоблюдении ими санитарно-гигиенических правил.

В эту группу риска входят хирурги. Если операция срочная и счёт идёт на минуты, провести анализ на ВИЧ-инфекцию просто нет возможности. Обязательной проверке на ВИЧ-инфекцию подлежат только плановые больные.

Помимо хирургов в группе риска медицинский персонал, осуществляющий забор и проверку крови, а также стоматологи.

Ситуации, во время которых может произойти заражение:

- порез или укол кожи инструментом, на котором могла остаться инфицированная кровь или другие биологические жидкости пациента;

- попадание крови/другой биологической жидкости пациента, содержащих кровь (рвотные массы, слюна с видимой кровью), на открытые участки кожи, слизистые оболочки медработника.



- Ещё одной группой риска инфицирования, связанного с профессиональной деятельностью, являются сотрудники салонов красоты - косметологи, мастера маникюра, татуажа. Как известно, в 50 % случаев мастер получает случайные порезы кожи или во время процедуры или при переносе инструментария в помещении в мягкой таре. Заражение происходит при попадании капель крови инфицированного человека с инструмента на раневую поверхность мастера во время травмы.
- Третья группа риска – это сотрудники правоохранительных органов и уголовно-исполнительной системы. Во время задержания преступника сотрудники полиции подвергаются риску заражения, связанному с агрессивным поведением задерживаемого. Во время задержания преступник может инициировать драку, нанести ранения, укусы, в процессе которых в случае наличия у него инфекции, её распространение будет неизбежным.

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) является внутриклеточным паразитом. Он отдаёт предпочтение иммунным клеткам. Разрушение этих клеток ведёт к иммунодефициту. Инфекция распространяется очень быстро и вызывает острую нехватку иммунитета, который, в свою очередь, провоцирует злокачественные новообразования, другие инфекции и вторичные заболевания. Иммунная система ослабевает до такой степени, что становится неспособной противостоять болезням и инфекциям, атакующим организм. Вследствие ухудшения состояния здоровья человека, ему ставят диагноз СПИД. СПИД является конечной стадией ВИЧ-инфекции. Продолжительность течения ВИЧ-инфекции колеблется от нескольких месяцев до 15-20 лет.



В течении болезни выделяют 3 стадии:

1. Острая инфекция
2. Латентный период
3. Терминальная стадия (СПИД)

Примерно через 3-6 недель от момента заражения наступает острая лихорадочная фаза. Эта фаза происходит не у всех. Примерно, у 50-70% инфицированных. У остальных больных после инкубационного периода наступает бессимптомная фаза.

Острая лихорадочная фаза (острая инфекция) проявляется следующими симптомами:

- Лихорадка. Температура тела повышается до 37,5°
- Боли в горле
- Лимфоузлы в подмышках, в паху и на шее увеличиваются, образуя припухлость
- Боли в области головы и глаз
- Снижение массы тела
- Снижение аппетита, сонливость
- Рвота, тошнота, диарея
- Кожные высыпания.

Острая фаза длится от нескольких недель, далее её сменяет бессимптомная фаза.

При бессимптомной фазе клинические проявления болезни могут отсутствовать. Примерно у 50% ВИЧ-инфицированных эта стадия может длиться до 10 лет.

Терминальная стадия (СПИД). Длительность данной стадии 1-2 года. Масса тела больного уменьшается больше, чем на 10% по отношению к исходной. Развиваются присоединяющиеся инфекции:

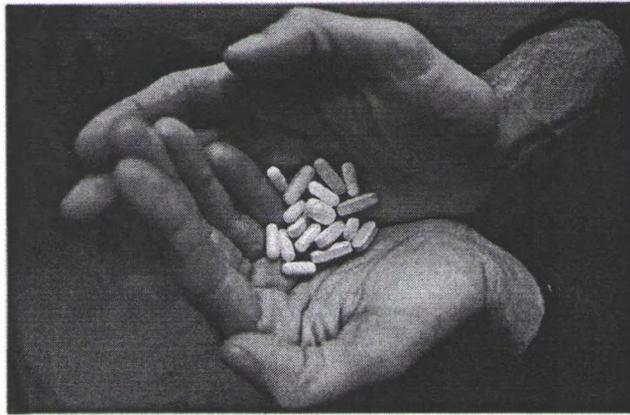
- Туберкулёз
- Сальмонеллёз
- Легионеллёз
- Грипп
- Герпес
- Кандидоз
- Злокачественные опухоли
- Саркома Капоши
- Лимфомы
- Пневмоцистная пневмония

### Лечение

До настоящего времени нет такого лечения, которое могло бы устранить ВИЧ из организма.

Современное лечение ВИЧ-инфекции - высокоактивная антиретровирусная терапия - замедляет и практически останавливает прогрессирование ВИЧ-инфекции и её переход в стадию СПИДа, позволяя ВИЧ-инфицированному человеку жить полноценной жизнью.

Оппортунистические инфекции лечат в соответствии с правилами терапии против вызвавших их возбудителей (антибактериальные, противогрибковые, противовирусные средства).



### **Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Как избежать заражения?**

- Информационные сообщения: предупреждения в СМИ о риске заражения, пропаганда здорового образа жизни и межполовых отношений.

Зная основные пути передачи ВИЧ-инфекции, человек должен:

- Использовать личные средства гигиены – бритву, маникюрные принадлежности и др.
- При прокалывании ушей использовать только стерильные инструменты.
- Не пробовать инъекционные наркотические вещества.
- Барьерная контрацепция. Следует всегда при себе иметь барьерные средства контрацепции (презервативы). Не вступать в незащищённые половые отношения.

### **В каких случаях необходимо подозревать ВИЧ-инфекцию?**

#### **Кому необходимо пройти обследование на ВИЧ?**

- Лихорадка по неизвестным причинам, длится уже более 7 дней.
- Увеличение всех групп лимфатических узлов на протяжении нескольких недель по неизвестной причине.
- Непрерывающаяся диарея на протяжении нескольких недель.
- Признаки кандидоза (молочницы) в ротовой полости.
- Обширные герпетические высыпания с нехарактерной локализацией.
- Резкое снижение массы тела.
- Если имел место незащищённый половой контакт с новым партнёром или если порвался презерватив.
- Если человек подвергся сексуальному насилию.
- Если постоянный половой партнёр имел половые контакты с другим человеком.
- Если прошлый или настоящий половой партнёр инфицирован ВИЧ.
- Если для создания пирсинга или татуировок были использованы иглы, уже бывшие в употреблении.