

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ: Профилактика норовирусной инфекции**

Роспотребнадзор напоминает, что кишечные инфекции норовирусной этиологии проявляются ярко выраженной симптоматикой (рвота, понос, повышение температуры тела) и характеризуются быстрым течением.

Основным свойством возбудителя – вируса является его высокая контагиозность (заразность). Менее 10 вирусных частиц достаточно, чтобы при попадании в желудочно-кишечный тракт здорового взрослого человека вызвать заболевание. Вирусы могут длительно сохранять инфекционные свойства на различных видах поверхностей. Основной механизм передачи возбудителя - фекально-оральный, реализуемый контактно-бытовым, пищевым и водным путями передачи.

Наиболее часто острые кишечные инфекции вирусной этиологии передаются через грязную посуду, овощные салаты, приготовленные с нарушением обработки овощей, нарезку готовой продукции (сыр, масло и др.), блюда, связанные с «ручным» приготовлением и не подвергающиеся повторной термической обработке (например, овощные пюре).

Причинами возникновения норовирусной инфекции являются:

- нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, несоблюдение технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами.
- попадание в организм человека контаминированной (загрязненной вирусом) воды (вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов). Источником загрязнения вод открытых водоемов являются сточные воды, которые могут попасть в водоснабжение в связи с аварией, паводками, обильными осадками.

На поверхности плохо промытых фруктов и овощей могут оставаться возбудители инфекционных болезней, в том числе вирусных инфекций.

Роспотребнадзор рекомендует соблюдать простые правила, которые позволят сохранить здоровье:

- Если вы пользуетесь услугами организаций общественного питания (столовые, кафе, рестораны) старайтесь выбирать проверенные учреждения с организованным обеденным залом и кухней с наличием горячих блюд. При этом, в летний период старайтесь избегать употребления многокомпонентных салатов и блюд, которые могут готовиться «вручную», но не подвергаться повторной термической обработке (овощные пюре, блинчики с начинками и т.д.).

- Всегда мойте руки перед едой.
- Старайтесь не употреблять быструю многокомпонентную пищу (типа шаурмы) для употребления «на ходу».
- Употребляйте только бутилированную или кипяченую воду.
- Во время приготовления пищи в домашних условиях, соблюдайте ряд правил: мойте руки перед началом приготовления пищи и после контакта с сырой продукцией, используйте отдельные разделочные доски и ножи – для «сырого» и «готового», как следует промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, тщательно мойте посуду с последующей сушкой.
- Дома регулярно проводите чистку санитарных узлов с использованием дезинфицирующих средств, влажную уборку помещений.
- Если вы чувствуете себя не здоровым (особенно при наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе) не подвергайте риску заболевания своих близких. Ни в коем случае не занимайтесь приготовлением пищи для семьи и гостей и самолечением,

Используйте отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения туалета. Помните, что только врач может назначить адекватное лечение. При появлении симптомов заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

**РОСПОТРЕБНАДЗОР**  
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

### ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ НОРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

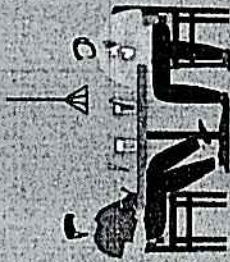


Нарушения правил обработки овощей и фруктов, мытья посуды, технологии приготовления блюд, требований личной гигиены поварами и кондитерами



Контаминированная вода (загрязненная вирусом), которая попала в организм человека. Например, вода из-под крана, пищевой лед, вода закрытых и открытых водоемов

### ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ



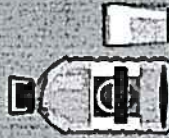
Пользуйтесь услугами организаций общественного питания (столовые, кафе, рестораны) с организованным обеденным залом и кухней



Всегда мойте руки перед едой



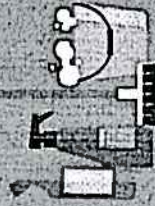
Старайтесь не употреблять быструю многокомпонентную пищу



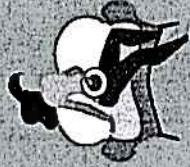
Употребляйте только бутилированную или кипяченую воду



Во время приготовления пищи тщательно мойте руки, используйте отдельные разделочные доски и ножи, промывайте (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты, обязательно мойте посуду с последующей сушкой



Дома регулярно проводите чистку санитарных узлов, влажную уборку помещений



При наличии расстройства стула, тошноты, боли в животе не занимайтесь приготовлением пищи и самолечением, пользуйтесь отдельным полотенцем, дезинфицируйте санитарный узел после каждого посещения



ПОМНИТЕ, ЧТО ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ НАЗНАЧИТЬ АДЕКВАТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ.  
ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕМЕДЛЕННО ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ



## **РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ: О профилактике коклюша**

Роспотребнадзор напоминает, что для того чтобы сохранить жизнь и здоровье детей очень важно не забывать о рутинной вакцинации и своевременно прививать их от инфекционных заболеваний, в частности от коклюша.

Коклюш — это инфекционное заболевание дыхательных путей, которое вызывается бактериями *Bordetella pertussis*. Несмотря на широкое использование вакцинации, уровень заболеваемости коклюшем высокий и в мире, и в России. Коклюш характеризуется приступами спазматического кашля, интоксикацией и преимущественным поражением дыхательных путей.

Источником инфекции является человек — больной или носитель возбудителя коклюша. Основную эпидемиологическую опасность представляют больные коклюшем лица, выделение возбудителя которыми начинается с последних дней инкубационного периода и достигает максимума в катаральном периоде с момента первых клинических проявлений, а также на первой неделе спазматического кашля. Для маленьких детей чаще всего источником заболевания являются взрослые или старшие дети.

Механизм заражения — воздушно-капельный. Восприимчивость к инфекции высокая. Группу особого риска составляют новорожденные.

Главным признаком классического коклюша являются повторяющиеся приступы спазматического кашля. Обычно на фоне общего удовлетворительного состояния, легкого насморка и небольших подъемов температуры тела появляется сухой кашель. На протяжении двух недель он постепенно усиливается. Первый приступ кашля с репризой — это сигнал перехода коклюша в спазматическую стадию, длящуюся от двух недель до месяца.

Осложнения коклюша наиболее часто наблюдаются у детей младше 1 года, с повышенным риском тяжелого течения у недоношенных младенцев. Чаще всего коклюш вызывает осложнения, связанные с развитием вторичной бактериальной инфекции.

Бактериальная пневмония — наиболее частое осложнение коклюша. Бронхит, плеврит, эмфизема, коллапс легкого, гипоксия. У детей раннего возраста коклюш может способствовать развитию бронхоэктатической болезни. Так же могут быть и другие осложнения: синусит, отит, обезвоживание, судороги, отставание в развитии.

Коклюш у взрослых проходит довольно тяжело и может стать причиной серьезных осложнений, таких как судороги и энцефалопатия. У пациентов в возрасте старше 30 лет в 5-9% случаев возникает пневмония.

Единственной мерой активной профилактики на сегодняшний день является вакцинация. Коклюшная цельноклеточная вакцина (АКДС) впервые создана более 70 лет назад. С ее помощью удалось резко снизить заболеваемость и тяжесть коклюша, тем не менее заболеваемость остается высокой.

За последние 10 лет в стране регистрировались циклические подъемы и спады заболеваемости коклюшем. В 2022 году начался очередной циклический эпидемический подъем заболеваемости коклюшем, предыдущий завершился в 2021 году. Всего в 2021 году коклюшем заболело 1108 человек, за 9 месяцев 2022 года — 1714 человек.

В настоящее время корпускулярные (цельноклеточные) вакцины (АКДС, БУБО-КОК), рекомендованы ВОЗ как основное средство профилактики коклюша. Наряду с этим применяют ацеллюлярные (бесклеточные) вакцины.

Прививки детям проводятся с трехмесячного возраста трехкратным введением препарата с интервалом 1,5 мес. В возрасте 18 месяцев проводится однократная ревакцинация.

Помните, что дети, не прошедшие вакцинацию, согласно статистике, болеют намного чаще и тяжелее привитых. Прививка уменьшает риск заражения коклюшем до минимума, и даже если ребенок все-таки заболел, то протекать болезнь будет значительно легче, без осложнений.

**Защитите своих детей от коклюшной инфекции с помощью своевременной вакцинации!**

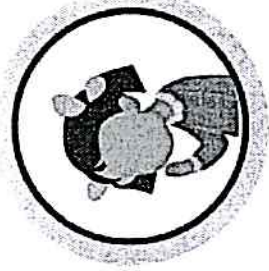


# О ПРОФИЛАКТИКЕ КОКЛЮША



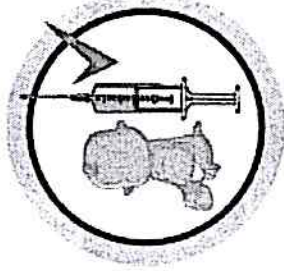
**РОСПОТРЕБНАДЗОР**  
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА. 8-800-555-49-43

Роспотребнадзор напоминает, что для того чтобы сохранить жизнь и здоровье детей очень важно не забывать о рутинной вакцинации и своевременно прививать их от инфекционных заболеваний, в частности от коклюша.



**Коклюш** – это инфекционное заболевание дыхательных путей, которое вызывается бактериями *Bordetella pertussis*

Источником инфекции является человек – больной или носитель возбудителя коклюша



Механизм заражения – воздушно-капельный

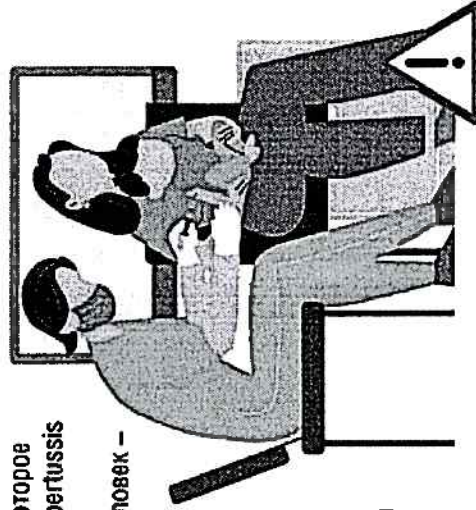
Главным признаком классического коклюша являются повторяющиеся приступы спазматического кашля.

Прививки детям проводятся с трехмесячного возраста трехкратным введением препарата с интервалом 1,5 мес. В возрасте 18 месяцев проводится однократная ревакцинация.

Помните, что дети, не прошедшие вакцинацию, согласно статистике, болеют намного чаще и тяжелее привитых.

Прививка уменьшает риск заражения коклюшем до минимума, и даже если ребенок все-таки заболел, то протекать болезнь будет значительно легче, без осложнений.

**Защитите своих детей от коклюшной инфекции с помощью своевременной вакцинации!**



Подробнее на [www.rosпотребнадзор.ru](http://www.rosпотребнадзор.ru)





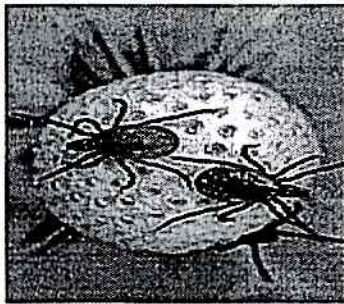




**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО ЗАЩИТЕ  
ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ И  
ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО ЧЕЛОВЕКА**

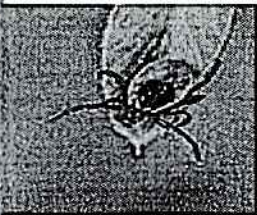
Управление Федеральной службы по  
защите и восстановлению работоспособности  
человека в сфере защиты прав потребителей и  
представительства человека по Красноярскому  
краю

Федеральный бюджетный  
учреждение «Центр профилактики  
и реабилитации наркозависимости  
в Красноярском крае»



**КЛЕЩЕВЫЕ  
ИНФЕКЦИИ**

**Как можно заразиться?**



Красноярские клещи - бичом, представляющим  
опасность для здоровья человека. В  
Красноярском крае широко распространены  
привередливые иксодовые клещи, возбудители  
таких заболеваний, как: клещевой энцефалит,  
клещевой боррелиоз (КЭБ), клещевой боррелиоз (КЭБ),  
болезнь Лайма (БЛ).

Риск заразиться клещевой инфекцией:

- при уходе за раненой кожей лица вместе с  
обслуживающим персоналом;
- при употреблении в пищу сырого молока или  
сыра, сыра, сметаны, творога и других  
молочных продуктов, приготовленных  
в домашних условиях; особенно опасно  
употребление сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;  
использование сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;  
использование сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;
- при посещении мест, где обитают клещи,  
особенно в местах, где обитают клещи;  
использование сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;
- при посещении мест, где обитают клещи,  
особенно в местах, где обитают клещи;  
использование сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;



**Симптомы**

При укусе клеща симптомы инфекции  
обычно возникают в течение нескольких  
дней после укуса. Симптомы могут  
включать:

- лихорадку, озноб, головную боль, мышечную  
боль, слабость, усталость, тошноту, рвоту,  
диарею, сыпь, зуд, покраснение и  
отеки в месте укуса; особенно опасно  
употребление сырого молока и сметаны,  
приготовленных в домашних условиях;
- сыпь, которая может появиться в течение  
нескольких дней после укуса; особенно  
опасно употребление сырого молока и  
сметаны, приготовленных в домашних  
условиях;
- головную боль, мышечную боль, слабость,  
усталость, тошноту, рвоту, диарею,  
сыпь, зуд, покраснение и отеки в месте  
укуса; особенно опасно употребление  
сырого молока и сметаны, приготовленных  
в домашних условиях;

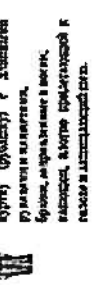
**Как удалить клеща?**

Удаление клеща должно осуществляться  
аккуратно, чтобы избежать дальнейшего  
размножения клеща. Для этого  
используйте специальные инструменты,  
такие как пинцет или клещи. Не пытайтесь  
удалять клеща ногтями или острыми  
предметами. После удаления клеща  
помойте место укуса мыльной водой и  
нанесите антисептик.

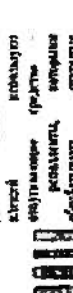
После удаления клеща необходимо  
наблюдать за местом укуса в течение  
нескольких дней. Если вы заметили  
какие-либо симптомы инфекции,  
сразу обратитесь к врачу. Не пытайтесь  
лечиться самостоятельно. Не пытайтесь  
удалять клеща самостоятельно. Не  
пытайтесь удалять клеща самостоятельно.

**Неспецифические профилактика**

Обучение детей и взрослых правилам  
поведения в местах обитания клещей,  
использование специальных средств  
защиты, использование специальных  
средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты.



Клещи являются переносчиками  
таких заболеваний, как: клещевой  
энцефалит, клещевой боррелиоз и  
болезнь Лайма. Для предотвращения  
заболевания необходимо использовать  
специальные средства защиты, такие  
как: пинцет, клещи, специальные  
средства защиты, специальные  
средства защиты, специальные  
средства защиты.



Следует избегать мест обитания  
клещей, особенно в местах, где  
обитают клещи. Не пытайтесь  
удалять клеща самостоятельно. Не  
пытайтесь удалять клеща самостоятельно.

После укуса клеща необходимо  
наблюдать за местом укуса в течение  
нескольких дней. Если вы заметили  
какие-либо симптомы инфекции,  
сразу обратитесь к врачу. Не пытайтесь  
лечиться самостоятельно. Не пытайтесь  
удалять клеща самостоятельно. Не  
пытайтесь удалять клеща самостоятельно.

**Меры профилактики**

Важными мерами профилактики являются:  
использование специальных средств  
защиты, использование специальных  
средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты.

Профилактика клещевой инфекции  
включает использование специальных  
средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты.

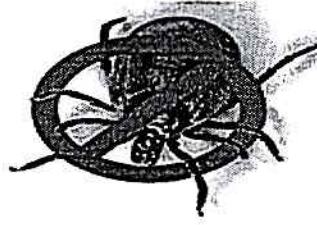
Специфическая профилактика  
включает использование специальных  
средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты, использование  
специальных средств защиты.



Для получения консультации по  
интересующим вопросам вы  
можете позвонить на единый номер  
горячей линии по телефону:

8-800-250-51-24  
по телефону:  
8-800-250-51-24

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ  
ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ ОБРАЩАЙТЕСЯ К  
СПЕЦИАЛИСТАМ



Для получения консультации по  
интересующим вопросам вы  
можете позвонить на единый номер  
горячей линии по телефону:



8-800-250-51-24  
по телефону:  
8-800-250-51-24

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ  
ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ  
ЗАБОЛЕВАНИЯ ОБРАЩАЙТЕСЯ К  
СПЕЦИАЛИСТАМ

## Сезон активности клещей может начаться уже совсем скоро

Всем известно, что клещи просыпаются при плюсовых температурах воздуха (+1°... +3°) и с появлением первых проталин вероятность встречи с ними возрастает.

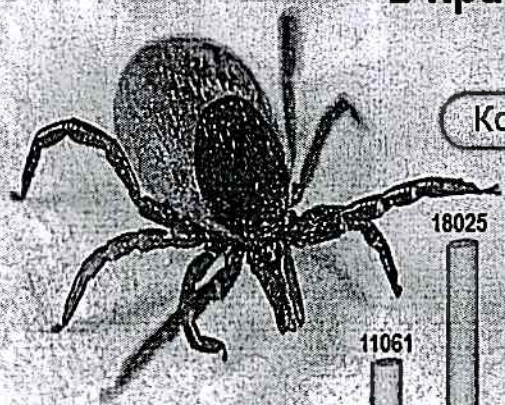
Наблюдения последних десятков лет показывают, что случаи присасывания клещей в Красноярском крае регистрируются в марте-апреле.

Например, самые ранние встречи за последние 10 лет фиксировались 8 марта 2019 года и 23 марта 2020 года, а более поздние — в первой декаде апреля.

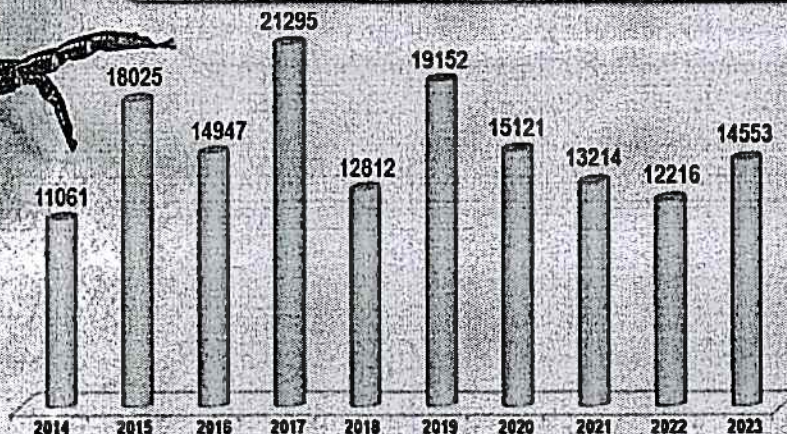
Динамика заболеваемости клещевыми инфекциями, а также количество случаев присасывания клещей с 2014 по 2023 год представлены ниже.

Статистика показывает, что в 95% случаев неприятные встречи с клещами происходят на дачных участках, а также при посещении лесных массивов, поэтому позаботиться о защите следует уже сейчас.

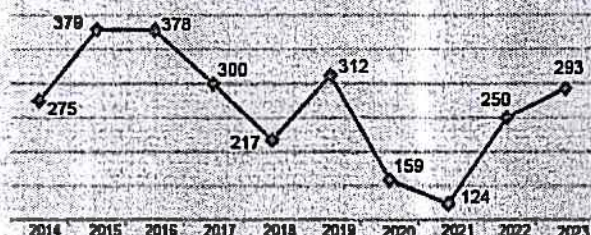
### Статистика клещевой активности в Красноярском крае за 10 лет



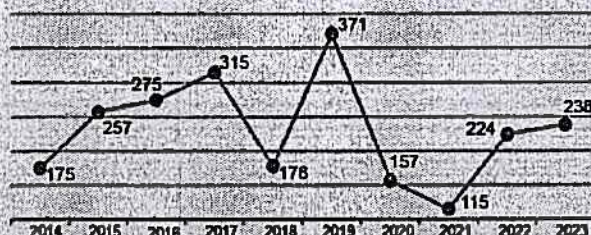
Количество случаев присасывания за год



Количество случаев заболевания клещевыми инфекциями



Клещевой вирусный энцефалит



Клещевой боррелиоз