



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ
ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**Управление
Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия
человека по Красноярскому краю
(Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю)**

**Территориальный отдел Управления
Федеральной службы по надзору в сфере защиты
прав потребителей и благополучия человека по
Красноярскому краю в городе Канске**
Эйдемана ул., д. 4, г. Канск, 663613
тел./факс (8-391-61) 2-71-88
E-mail: kansk@24.rospotrebnadzor.ru,
<http://24.rospotrebnadzor.ru>
ОКПО 76736519, ОГРН 1052466033608,
ИНН/КПП 2466127415/245032001

№ _____

на № _____ от _____

Электронной почтой

Главным редакторам газет
(по списку)

Начальникам Управления
образования (по списку)

Главам муниципальных
образований (по списку)

Руководителям ЛПО
(по списку)

О направлении информационного материала

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в городе Канске с целью информирования населения направляет в Ваш адрес информационный материал на тему: «Бешенство можно избежать», «Что делать, если укусила собака?», «Профилактика гриппа», «Грипп - симптомы и профилактика», «Листерия», «О риске заражения во время путешествия».

Приложение: статьи, памятки на 8 л. в 1 экз.

И. о. начальника

А. В. Мамедова

Орловская Ольга Сергеевна, тел. 8-391-61-3-58-43

О риске заражения во время путешествия

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю напоминает о риске заражения во время путешествия в страны с экваториально-тропическим климатом опасными инфекционными и паразитарными болезнями.

В странах Евразии, Африки, Америки, Океании с экваториально-тропическим климатом широко распространены инфекционные и паразитарные заболевания, многие из которых не регистрируются или стали редкими в Российской Федерации. Согласно информации Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека на территории стран Юго-Восточной Азии таких как: Индия, Тайланд, Шри-Ланка, Мальдивы, Индонезия, регистрируются следующие заболевания: сибирская язва, малярия, крымская геморрагическая лихорадка, лихорадка денге, холера. В Китае и Монголии регистрируются случаи заболевания чумой. В странах Европейского и Восточно-Средиземноморского регионах отмечается неблагоприятная обстановка по оспе обезьян и COVID-19. Эпидемиологическое неблагополучие по COVID-19 остается повсеместно.

Чаще всего инфекционные и паразитарные заболевания передаются через воду, загрязненные и недостаточно обработанные продукты питания, кровососущих насекомых (комаров, блох, слепней, москитов, мошек, клещей и других), при контакте с больным человеком или загрязненным объектом окружающей среды.

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения и санитарной охраны территории Российской Федерации при планировании отдыха важно заблаговременно уточнять в территориальных органах Роспотребнадзора и у туроператоров сведения об эпидемиологической ситуации в стране планируемого пребывания.

Для профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания во время поездки за границу:

- употреблять для еды только ту пищу, в качестве которой вы уверены;
- употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (бутилированную воду). Не рекомендуется употреблять лед, если вы не знаете, как он изготовлен;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
- желательно не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- выбирать продукты с соблюдением сроков годности и условий хранения;
- употреблять пищу желательно сразу после её приготовления;

- хранить готовые продукты на холоде, оберегая их от мух, и не оставлять готовые продукты при комнатной температуре более чем на 2 часа;
- хранить продукты в холодильнике;
- не допускать контакта между сырыми и готовыми продуктам, хранить в разной посуде;
- содержать кухню в чистоте, не скапливать мусор;
- в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;
- овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком;
- перед едой, после посещения туалета, улицы следует всегда тщательно мыть руки с мылом (особенно у детей);
- выезжать на отдых с необходимым запасом чистой питьевой воды;
- не употреблять воду из открытых источников;
- купаться только в специально отведенных для этой цели местах;
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в полость рта;
- использовать средства защиты, такие как: оконные противомоскитные сетки, пологи, а также одежду с длинными рукавами, применять средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды).

При планировании поездки в страны, неблагополучные по тем или иным особо опасным инфекциям кроме соблюдения правил личной гигиены, защиты от насекомых и других методов неспецифической профилактики, желательно сделать профилактические прививки против распространенных в данной стране инфекций.

Вакцинацию против брюшного тифа рекомендуется провести за 2 недели до выезда в Индию, Таиланд, Таджикистан, Узбекистан и другие страны Средней и Юго-Восточной Азии. Невосприимчивость к инфекции сохраняется в течение трех лет.

После возвращения из туристической поездки в случае повышения температуры тела, появления сыпи, недомогания и других признаков инфекционного заболевания, необходимо обратиться в медицинскую организацию (вызвать врача на дом) и информировать врача о факте пребывания за рубежом.

Что делать, если укусила собака?

Собаки славятся своей преданностью и дружелюбием. Однако даже милые с виду собачки могут проявить неожиданную агрессию – начать рычать, кидаться и даже укусить. Такие моменты могут стать не только пугающими, но и опасными для здоровья и жизни человека.

Помните, что собаки могут быть переносчиками такого опасного заболевания, как бешенство. Прогноз в случае бешенства всегда крайне пессимистичен. Предупредить бешенство у пострадавшего можно только профилактическими прививками, эффективность которых зависит от срока начала их проведения.

Поэтому в случае укуса незамедлительно обратитесь в ближайшее медучреждение или вызовите скорую помощь. Чем быстрее вы обратитесь к врачу – тем больше шансов на успешную иммунопрофилактику. Полный курс вакцинации от бешенства представляет собой шесть внутримышечных инъекций: в день обращения (0-й день), а затем на 3, 7, 14, 30 и 90 дни с момента начала курса. Условный курс состоит из трёх инъекций на 0, 3, 7 дни и применяется, если за животным установлено наблюдение в течение 10 календарных дней.

Чтобы избежать возможных проблем:

- старайтесь не приближаться к бродячим животным, даже если они кажутся дружелюбными: не гладьте их и избегайте места их скопления;
- не позволяйте контактировать вашим домашним питомцам с бродячими животными;
- регулярно прививайте своих домашних питомцев;
- если заметили агрессивных бездомных собак, то сообщите об этом в органы местного самоуправления.

Профилактика ГРИППА

Специфическая



Самым эффективным способом профилактики ГРИППА и его тяжелых последствий является **ВАКЦИНАЦИЯ!**

Вакцинация особенно необходима лицам из группы риска:

- ✓ беременным;
- ✓ детям с 6-ти месяцев;
- ✓ пожилым людям;

- ✓ лицам со слабым иммунитетом или хроническими заболеваниями;
- ✓ людям с заболеваниями сердца, сосудов, дыхательной системы;
- ✓ лицам из групп профессионального риска (медработникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта).

Вакцинопрофилактика проводится за 2-3 недели до начала роста заболеваемости. Провакцинироваться можно в медицинском учреждении, а также прививку могут сделать мобильные прививочные бригады.

Неспецифическая

- ✓ **Соблюдайте правила личной гигиены** (регулярно мойте руки с мылом, особенно после посещения улицы, мест скопления людей или протирайте их дезинфицирующими салфетками).
- ✓ **Соблюдайте режим проветривания и влажной уборки.**
- ✓ **Избегайте близкого контакта с заболевшими людьми**, которые имеют явные признаки заболевания (кашляют, чихают). Соблюдайте расстояние не менее **2-3** метра от больных.
- ✓ **Избегайте трогать руками глаза, нос или рот.** Гриппозный вирус распространяется этими путями.
- ✓ **Максимально сократите время пребывания в местах массового скопления людей.**
- ✓ **Одевайтесь по погоде.**
- ✓ **Укрепляйте иммунитет** (полноценный сон, физическая активность, сбалансированное питание, приём продуктов богатых витаминами, особенно содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).
- ✓ **Используйте одноразовую маску.** Её необходимо менять каждые **3** часа.
Маску можно приобрести в аптеках!



БЕШЕНСТВА МОЖНО ИЗБЕЖАТЬ



О бешенстве не говорят в новостях каждый день, но это не значит, что его не существует. Это опасное для жизни заболевание, о котором нужно знать каждому.

Ежегодно бешенство уносит жизнь десятков тысяч людей по всему миру. Каждые 9 минут на планете от бешенства гибнет один человек, так что скорее всего, когда вы дочитаете статью, это заболевание заберёт ещё одну жизнь.

Согласно статистике ВОЗ, 99% случаев бешенства среди людей вызваны укусами заражённых собак. Многих заражений можно было бы избежать, если бы люди своевременно прививали своих домашних питомцев.

Конечно, собаки не единственные виновники болезни. Кроме них бешенство передают кошки, лисы, летучие мыши, волки, енотовидные собаки.

Известны единичные случаи заражения от песца, барсука, хорька, крупного рогатого скота и лошадей.

Больные животные становятся заразными в конце инкубационного периода и выделяют вирус со слюной на протяжении всей болезни, которая через 6-11 дней заканчивается летальным исходом.

Больные животные не всегда ведут себя агрессивно: нападают на людей и истекают слюной.

Заболевание животных может проявляться как в буйной, так и в тихой (паралитической) формах.

При бешенстве в тихой форме животное становится апатичным, вялым, часто зевает, как бы глотает пастью воздух.

Дикие животные при бешенстве могут потерять свой естественный страх перед людьми и охотно идти на контакт: быть нехарактерно ласковым или, напротив, абсолютно безразличными к присутствию человека.

Любое неадекватное поведение животного должно насторожить: животное может быть избыточно агрессивным, угнетённым или подозрительно дружелюбным.

Механизм передачи – контактный: заражение человека происходит при укусе или ослюнении больным животным поврежденных кожных покровов или неповрежденных слизистых оболочек.

Заражение возможно через царапины и микротравмы, почти незаметные при осмотре.

Вероятность заболевания зависит от дозы вируса и локализации укусов, поэтому особенно опасны обширные и множественные раны, укусы головы, лица и кистей рук.

Также заражение возможно при снятии шкур и разделке туш без защитных перчаток при наличии повреждений кожи рук.

Факторами передачи бешенства могут стать предметы, загрязнёнными инфицированной слюной или мозгом больных животных.

Травмы, нанесенные загрязненными предметами, по опасности приравниваются к укусам.

Хороших новостей немного, но они все же есть - от человека к человеку вирус не передаётся.

Инкубационный период бешенства может составлять от 8 недель до года. При укусах головы, лица и кистей рук инкубационный период может быть коротким – от 7 дней до месяца.

Заболевание начинается с общего недомогания, головных болей, необъяснимой тревожности и раздражительности. В области зажившей раны могут появиться отечность и покраснение.

Затем в типичных случаях появляются симптомы поражения головного мозга - беспокойство, спутанность сознания, возбуждение. К ним со временем присоединяются гиперсаливация (избыточное выделение слюны), неадекватное поведение, галлюцинации, гидрофобия (боязнь воды) и бессонница.

В 20% случаев развивается паралитическая форма бешенства. Для нее характерно постепенное развитие паралича мышц начиная с места раны.

Прогноз бешенства всегда крайне неблагоприятный. Если у человека появились симптомы, исход всегда один - смерть.

Большинство заболевших становятся жертвами собственной беспечности: считают, что укус животного – пустяк и за помощью не обращаются.

Чем раньше человек обратится за медицинской помощью, тем больше вероятность благоприятного исхода.

Сразу после получения раны нужно промыть её под проточной водой с мылом в течение 10 минут, а потом в кратчайшие сроки обратиться за медицинской помощью.

Вакцинация – единственный эффективный способ предупреждения бешенства.

Существует миф, что для профилактики бешенства делают 40 уколов в живот, но на самом деле это пережиток прошлого.

Сегодня полный курс антирабической вакцинации включает шесть внутримышечных инъекций. Первую прививку делают в день обращения, а далее – на 3, 7, 14, 30, 90 сутки после укуса.

Некоторым людям, получившим наиболее тяжёлые повреждения, назначают ещё и антирабический иммуноглобулин. Решение о необходимости применения антирабического иммуноглобулина принимает врач.

Профилактические прививки против бешенства включены в национальный календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям и проводятся бесплатно амбулаторно или в стационаре.

Напоминаем о мерах неспецифической профилактики бешенства:

- не выпускайте домашних животных на самовыгул,
- не позволяйте домашним животным контактировать с бродячими и дикими животными,
- не приводите домой пойманных на улице бродячих животных,
- не приближайтесь к диким или бродячим животным, даже если они кажутся дружелюбными,
- не забывайте регулярно делать прививку от бешенства домашним питомцам.

Вакцинация домашних животных поможет избежать смертельной болезни не только вам, но и вашему окружению.

Берегите себя и будьте здоровы!



РОСПОТРЕБНАДЗОР

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

ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

СИМПТОМЫ ГРИППА: жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо
- Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, щелочные минеральные воды)

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

** Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2-3 недели до начала роста заболеваемости.*

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

ЛИСТЕРИОЗ



Листериоз – это инфекционное заболевание, вызываемое патогенными представителями рода *Listeria*

Листериоз может протекать бессимптомно или вызывать различные заболевания:

- ангину
- гнойный конъюнктивит
- гастроэнтерит
- менингит и менингоэнцефалит
- сепсис

Группы риска:



беременные женщины и новорожденные



лица старше 50 лет



лица с иммунодефицитами



работники животноводческих ферм, мясокомбинатов, птицефабрик



Основной путь передачи – пищевой

при употреблении инфицированной воды и продуктов, не прошедших термическую обработку и длительно хранящихся в холодильнике

Продукты риска:

- сырое молоко и продукты, приготовленные из него
- мясо и мясные продукты
- рыба холодного копчения
- полуфабрикаты и продукты, готовые к употреблению, в т.ч. в вакуумной упаковке

Дополнительные пути передачи:

- контактный
- воздушно-капельный
- трансмиссивный
- от матери ребенку трансплацентарно и во время родов

Внутриутробное заражение плода часто приводит к выкидышам, мертворождению, развитию пороков плода, а также менингитам, сепсису и пневмонии у новорожденных

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ



Подвергайте продукты тщательной тепловой обработке



Следите за сроками годности готовых продуктов



Соблюдайте температуру хранения готовых продуктов



Следите за чистотой в холодильнике



Отделяйте готовые продукты от сырых



Листериоз



Листериоз – это инфекционное заболевание, вызываемое патогенными представителями рода *Listeria*.

Источник инфекции – инфицированные сельскохозяйственные и домашние животные (свиньи, овцы, коровы, кошки, собаки и другие) и грызуны.

Основной путь передачи - пищевой при употреблении инфицированной воды и продуктов питания, не прошедших термическую обработку и длительно хранящихся в холодильнике

Дополнительные пути передачи:

- **контактный** через порезы и ссадины при контакте с больными животными и их выделениями
- **воздушно-капельный** при вдыхании пыли, контаминированной листериями
- **трансмиссивный** при укусах кровососущими насекомыми
- **от матери ребенку** трансплацентарно и во время родов

Внутриутробное заражение часто приводит к выкидышам, развитию пороков плода, а также менингитам, сепсису и пневмонии у новорожденных

Продукты риска:

- сырое молоко и продукты приготовленные из него
- мясо и мясные продукты
- рыба холодного копчения
- полуфабрикаты и продукты, готовые к употреблению, в т.ч. в вакуумной упаковке

Группы риска

- беременные женщины и новорожденные
- лица старше 50 лет
- лица с иммунодефицитами
- работники животноводческих ферм, мясокомбинатов, птицефабрик

Листериоз может протекать бессимптомно или вызывать различные заболевания:

- ангину
- гнойный конъюнктивит
- гастроэнтерит
- менингит и менингоэнцефалит
- сепсис

Меры профилактики листериоза

- Подвергайте продукты тщательной тепловой обработке
- Следите за сроками годности готовых продуктов
- Соблюдайте температуру хранения готовых продуктов
- Следите за чистотой в холодильнике
- Отделяйте готовые продукты от сырых
- При уходе за животными носите специальную одежду и используйте средства индивидуальной защиты – маску и перчатки