

или были в контакте с больным высокопатогенным гриппом.

- 3) Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой при кашле и чихании. Выбрасывайте использованные салфетки в мусорное ведро. После этого вымойте руки, делайте это после каждого приступа кашля и чихания.
- 4) Для предотвращения распространения вируса гриппа в домашних условиях важно поддерживать чистоту, особенно в спальне, ванной комнате, на кухне и детской, проводя уборку с использованием бытовых дезинфицирующих средств согласно инструкциям, указанным на этикетке.
- 5) Необходимо проветривать помещение, чаще менять постельное белье, столовые приборы мыть в воде с мылом.

► **Существуют ли медицинские препараты для лечения нового гриппа?**

Да. ВОЗ рекомендует использовать оселтамивир или занамивир для лечения и/или предупреждения заражения новым вирусом гриппа H₁N₁.

► **Как долго вирус гриппа остается активным во внешней среде (например, на книгах и дверных ручках)?**

Исследования показали, что вирус гриппа способен выживать на окружающих предметах с возможностью инфицирования человека в течение 2–8 часов с момента попадания на поверхность.

► **От чего погибает вирус гриппа?**

Вирус гриппа разрушается под воздействием высокой температуры (75–100°C). Обычные де-

зинфицирующие средства, содержащие хлор, перекись водорода и моющие средства (мыло), антисептики на основе йода и спиртовые растворы являются эффективными против вирусов гриппа.



ВЫСОКОПАТОГЕННЫЙ ГРИПП А (H₁N₁) *в вопросах и ответах*

ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

Управление Роспотребнадзора
по Республике Башкортостан

ГБУЗ Республиканский центр
медицинской профилактики



Уфа-2016

▶ **Что такое высокопатогенный грипп?**

Это заболевание, вызванное вирусом гриппа А/Н₁Н₁. Вирус высокопатогенного гриппа Н₁Н₁ (известный как «свиной грипп») — новый вирус гриппа, вызывающий заболевание людей. Впервые был обнаружен у людей в Соединенных Штатах в апреле 2009 года. По состоянию на 21.07.09 в более **100** странах мира зарегистрировано **139 566** случаев заболевания людей вирусом гриппа Н₁Н₁, включая **781** летальный случай. В Российской Федерации зарегистрировано **12** завозных случаев заболевания людей, приехавших с отдыха из Испании, Таиланда, Кипра, Великобритании и Турции. Этот вирус распространяется от одного человека к другому, вероятно, практически таким же способом, как и обычный сезонный грипп.

▶ **Почему новый вирус Н₁Н₁ иногда называют «свинным гриппом»?**

Изначально этот вирус назывался «свинным гриппом» потому, что во время лабораторных исследований было установлено, что возбудитель нового заболевания был очень похож на вирусы гриппа, которые обычно наблюдаются у свиней в Северной Америке.

▶ **Каковы основные признаки и симптомы заболевания?**

Симптомы заболевания, вызванного вирусом гриппа Н₁Н₁, похожи на симптомы сезонного гриппа. Это — высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенный нос, ломота в теле, головная боль, озноб и чувство усталости. Многие из зараженных больных жаловались также на понос и рвоту. Кроме того, как и в случае с сезонным гриппом, зафиксированы серьезные осложнения, и даже смертельные случаи.



▶ **Кто чаще подвержен заболеванию высокопатогенным гриппом?**

В период эпидемии сезонного гриппа существуют определенные группы населения, которые подвержены большему риску возникновения серьезных осложнений. Среди них люди в возрасте от 65 лет и старше, дети до пяти лет, беременные, а также люди любого возраста, страдающие определенными хроническими заболеваниями.

▶ **Как передается вирус гриппа Н₁Н₁?**

Считается, что способы передачи вируса Н₁Н₁ идентичны способам распространения сезонного гриппа. Вирусы гриппа в основном передаются от одного человека к другому во время кашля или чихания заболевших людей. Можно заразиться и через предметы, инфицированные при чихании больных гриппом.

Вирус Н₁Н₁ не передается с пищей и водопроводной водой.

▶ **Как долго больной человек представляет опасность для окружающих?**

Специалисты считают, что этот вирус обладает теми же свойствами с точки зрения распространения, что и вирусы сезонного гриппа. Исследования сезонного гриппа показали, что человек может быть заражен в период, начинающийся за 1 день до проявления симптомов и заканчивающийся через 7 дней после начала заболевания. Дети, в особенности младшего возраста, могут быть потенциальными распространителями вируса в течение более длительного периода времени.

▶ **Как защитить себя от заражения?**

В настоящее время вакцины для защиты от инфицирования новым вирусом гриппа Н₁Н₁ не существует. Поэтому необходимо придерживаться обычных мер повседневной гигиены:

- 1) старайтесь избегать близкого контакта с заболевшими людьми;
- 2) тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно, если рядом есть больные. При отсутствии мыла и воды можно использовать одноразовые салфетки, пропитанные средством для обработки рук на основе спирта, или дезинфицирующие гели;
- 3) не прикасайтесь грязными руками к глазам, носу или рту. Инфекция передается именно таким способом.

▶ **Что делать, если вы заболели?**

- 1) Если вы заболели, по возможности максимально ограничьте контакты с другими людьми, оставайтесь дома в течение 7 дней после выявления симптомов.
- 2) Необходимо вызвать участкового врача, обратив его внимание на то, что вы прибыли из региона, неблагополучного по гриппу Н₁Н₁,