

## Памятка

### Рекомендации по предупреждению заболеваний, вызванных высокопатогенным вирусом гриппа свиней.

Возбудитель гриппа свиней типа А(Н1N1) – высококонтагиозный вирус. Случаи инфекции, вызванные гриппом типа А(Н1N1)/Калифорния/04/2009, который легко передается среди людей, были изначально выявлены в апреле 2009 г.

#### Как распространяется грипп

Предполагается, что основной путь распространения вируса гриппа, это передача от человека к человеку воздушно-капельным путем при кашле, чихании. Респираторные капельки, образовавшиеся в результате кашля или чихания больного человека, попадают в рот или нос находящихся рядом людей. Вирус также передается, когда человек соприкасается с предметами, на которых осели эти респираторные капли, а затем, не вымыв руки, прикасается своего рта или носа.

**Инфекционный период** для случая гриппа свиней - от 1 дня до проявления клинических симптомов до 7 дней после начала заболевания. Дети, особенно дети младшего возраста, могут быть потенциально заразными в течение более длительных периодов времени.

#### Клиническая картина

Инфекция может вызвать широкий спектр симптомов: высокая температура, насморк, кашель, болезненность в горле, боли в мышцах, суставах, головная боль, озноб, повышенная утомляемость, слабость. Т.е. признаки типичного острого респираторного заболевания и высокой температуры или лихорадочности. Как и сезонный грипп, так и грипп свиней может варьировать по тяжести заболевания у людей от среднего до тяжелого. У некоторых людей заболевание может стремительно прогрессировать и как осложнение иметь вторичные бактериальные инфекции, включая пневмонию. В случае появления первых признаков необходимо немедленно

#### Лечение и химиопрофилактика

Циркулирующий в настоящее время вирус гриппа свиней типа А(Н1N1) чувствителен к противовирусным препаратам-ингибиторам нейраминидазы занамивиру (Relenza®) и озельтамивиру (Tamiflu®), но устойчив к противовирусным препаратам адамантанового ряда – амантидину (Symmetrel®) и римантадину (Flumadine®).

Начинать лечение противовирусными препаратами следует, как можно раньше, после появления симптомов гриппа. Польза от лечения будет наибольшей, если лечение начато в течение 48 часов после начала заболевания.

Рекомендованная продолжительность лечения - пять дней, а для химиопрофилактики - 10 дней.

#### Профилактика заражения.

Пока что вакцины для профилактики гриппа свиней типа А(Н1N1) не существует. Однако риск возникновения инфекции может быть уменьшен за счет принятия мер по снижению вероятности контакта с респираторными инфекциями. Эти меры включают в себя:

- Частое мытье рук с мылом или спиртосодержащими средствами.

- Прикрывание рта во время кашля и нахождение заболевших дома.
- Сокращение ненужных социальных контактов.
- Избегание, по мере возможности, мест с большим скоплением людей.
- Использование лицевых масок и респираторов может помочь уменьшить риск заражения гриппом. Использованные маски и респираторы должны быть немедленно убитаны в мусор, чтобы они ни с чем не соприкасались.
- По возможности избегайте повторного использования масок и респираторов, бывших в употреблении
- После того, как вы сняли маску или респиратор, вымойте руки с мылом или протрите спиртсодержащим средством для рук.

### **Уход за членом семьи, больным гриппом.**

- Негоспитализированным больным с подтвержденным диагнозом инфекции, вызванной вирусом гриппа свиней типа А(Н1N1), или при подозрении на него, следует придерживаться режиму добровольной изоляции на дому в течение, по крайней мере, первых 7 дней после начала болезни.
- Следует минимизировать контакт с другими членами домашнего окружения.
- Поместите больного в комнате отдельной от общих помещений в доме. Держите дверь в комнату закрытой.
- Если больному необходимо покинуть помещение, ему по возможности необходимо надеть маску, либо прикрывать рот и нос при кашле и чихании.
- Больному необходимо носить маску, если он находится на общей территории дома поблизости от других людей.
- По возможности только один взрослый должен осуществлять уход за больным. Человек, ухаживающий за больным, может тоже заразиться гриппом от того, за кем ухаживает. И может заразить инфекцией других до того, как у него самого появятся симптомы гриппа. Поэтому, чтобы не распространять грипп, находясь на ранней стадии заболевания, ухаживающий за больным должен носить маску, когда покидает дом.
- Для больного выделить белье и постельные принадлежности, столовые приборы и посуду. Обеспечить отдельное их хранение.
- Посуда и предметы, принадлежащие больному, моются и дезинфицируются отдельно.
- Выбрасывайте салфетки и другие одноразовые предметы, использованные больным в мусор.
- Все члены семьи должны мыть руки с мылом или протирать их спиртсодержащими средствами после каждого контакта с больным, посещения комнаты больного.
- Используйте бумажные полотенца для вытирания рук после мытья или выделите отдельные полотенца каждому члену семьи.
- Поддерживайте чистоту поверхностей, протирайте их с использованием моющих и дезинфицирующих средств согласно инструкциям по их применению.
- Хорошо проветривайте помещения.
- Дополнительной мерой, которые может ограничить передачу вируса гриппа, это добровольный домашний карантин членов семьи. Следует наблюдать за собой и за

членами семьи на предмет выявления симптомов гриппа и в случае их появления обратится за медицинской помощью.

**Если вам приходится близко контактировать с больным:**

- Избегайте того, чтобы Ваше лицо находилось напротив лица больного.
- Используйте лицевую маску или респиратор.
- Мойте руки с мылом или протирайте их спиртосодержащими средствами после того как Вы прикасались к больному, держали использованные салфетки, белье, полотенце, предметами, ему принадлежащие.

**Если Вы чувствуете себя нездоровым, имеете симптомы заболевания, схожего с гриппом:**

- Оставайтесь дома и не ходите на работу, в школу или места скопления людей.
- Отдыхайте и принимайте большое количество жидкости.
- Прикрывайте рот и нос имеющимися одноразовыми платками во время кашля и чихания, и утилизируйте использованные платки должным образом.
- Тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.
- Сообщите семье и друзьям о вашей болезни и попробуйте избегать контакта с людьми.
- Обратитесь за медицинской помощью, вызовите врача на дом.