



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,
Web-сайт: <http://24.rospotrebnadzor.ru>
ОКПО 76736519, ОГРН 1052466033608,
ИНН / КПП 2466127415 / 245032001

01 НОЯ 2021 № 24-03-01/02-308-2021

на № _____ от _____

Электронной почтой

Главе г. Канска

Главам Абанского, Дзержинского,
Иланского, Канского, Ирбейского,
Нижнеинганского и Тасеевского
районов

О направлении информационного материала

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в г. Канске направляет Вам информационный материал по вопросам профилактики гриппа, ОРВИ для размещения на сайте с целью информирования населения.

Приложение: на 1 л. в 1 экз.

Исполняющий обязанности
начальника территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
по Красноярскому краю в г. Канск

О. А. Тертычная

Мальшева Л.В., 27134

Памятка по профилактике гриппа и ОРВИ

В Красноярском крае продолжают фиксироваться высокие уровни заболеваемости ОРВИ. Так, на прошедшей неделе показатель заболеваемости составил 68,4 на 10 000 населения, что выше эпидемического порога на 55,0%.

Превышение недельных порогов отмечается преимущественно среди взрослых.

По данным оперативного мониторинга рост обусловлен преимущественно циркуляцией респираторных вирусов не гриппозной этиологии (риновирусы, бокавирусы, РС-вирусы и др.). Между тем в крае привито от гриппа уже свыше 730 тыс. человек, что составляет более 27,0 % от численности населения региона. Напоминаем, что сейчас самое время пройти вакцинацию, чтобы защитить себя от гриппа и коронавирусной инфекции. Причем Министерство здравоохранения Российской Федерации разрешило одновременную вакцинацию от этих двух инфекций. Прививка - это возможность позаботиться о собственном здоровье и избежать тяжелых осложнений от болезни!

Для того чтобы предупредить заболевание необходимо укреплять и закалять свой организм. Высыпайтесь, соблюдайте режим труда и отдыха, старайтесь больше находиться на свежем воздухе. Отправляясь на прогулку, одевайтесь по погоде, старайтесь не переохлаждаться при нахождении на улице. Укреплению организма способствует правильное питание. Включите в рацион продукты, содержащие витамины А, С, цинк и кальций: цитрусовые, киви, сладкий перец, молочные и кисломолочные продукты, твердые сыры, отварную рыбу, говядину, морковь, изюм, курагу и др.

При посещении общественных мест используйте медицинскую маску – это поможет предотвратить инфицирование.

Любое вирусное заболевание, перенесенное «на ногах», может привести в дальнейшем к нежелательным последствиям и осложнениям. К тому же заболевший человек заражает окружающих. Поэтому необходимо при первых признаках заболевания обратиться к врачу.

Будьте здоровы!