

Памятка по профилактике лихорадки Западного Нила

В течение последнего десятилетия лихорадка Западного Нила (ЛЗН) является одной из актуальных природно-очаговых инфекций для ряда территорий Российской Федерации. Активные проявления ЛЗН в России стали регистрироваться с 1997г. При этом отмечается тенденция к росту заболеваемости населения Российской Федерации, что связано с изменением климата: укоротился морозный период, увеличилась длительность безморозных периодов, повысились средние температуры, возросло количество осадков. По данным зоологических и энтомологических исследований в г. Саратове в результате потепления климата создались благоприятные условия для устойчивой циркуляции вирусов Западного Нила в популяциях птиц, комаров, грызунов. К территориям с высокой вероятностью формирования стойких очагов ЛЗН в г. Саратове относятся районы, располагающиеся вблизи реки Волга, а также других рек, водоемах, изобилующие птицами и комарами, где есть условия для стойкой циркуляции вируса в природных биотопах.

Лихорадка Западного Нила (ЛЗН) – это природно-очаговое, вирусное инфекционное заболевание, протекающее у человека в виде острого лихорадочного заболевания с симптомами общей интоксикации, головными болями, мышечными, суставными болями, сыпью, в тяжелых случаях с развитием менингита и менингоэнцефалита.

Источником и резервуаром вируса Западного Нила в природе чаще являются дикие птицы, переносчиками вируса являются в основном комары. Для этой инфекции характерна весенне-летняя сезонность (с апреля по сентябрь), обусловленная массовым выплотом комаров и максимальной активностью клещей. Скрытый период от момента укуса до появления признаков заболевания может составлять от 2 до 14 дней (в среднем 3-6 дней).

К контингентам риска относятся лица, проживающие на территории природного очага или посещающие его в период активности переносчиков. Часто поражается сельское население, живущее по берегам рек и озёр, рыбопродуктивных прудов, в поймах, дельтах рек, где имеется большое количество диких водоплавающих птиц и комаров, а также городские жители, посещающие дачные участки и базы отдыха в вышеперечисленных местах, охотники, рыболовы.

Заболеваемость ЛЗН в г. Саратове начала регистрироваться с 2012 года, когда был выявлен 1 больной ЛЗН и с каждым годом ареал распространения ЛЗН увеличивается.

Основными профилактическими мероприятиями по предупреждению заболевания лихорадки Западного Нила являются:

— проведение мероприятий, направленных на снижение численности комаров: проведение противокосарных обработок территорий, прилегающих к водоемам, рекам, загородным базам отдыха,

— обработка подвалов жилых зданий (осушение, очистка от мусора подвальных помещений, своевременное проведение дератизационно-дезинсекционных мероприятий);

— ликвидация всех несанкционированных свалок, своевременный вывоз твердых бытовых отходов, покос сорной растительности, что способствует снижению численности комаров;

— защита жилых и общественных помещений от комаров путем засетчивания оконных и дверных проемов;

— ликвидация на земельных участках ям, канавок, где в стоячей воде может произойти выплот комаров;

— применение репеллентных средств от нападения комаров: (мази, кремы, спреи), разрешенные к применению в РФ, в соответствии с прилагаемой инструкцией.

— использование в помещении электрофумигаторов, аэрозольей, ультразвуковых устройств, отпугивающих комаров.

При первых признаках заболевания обращайтесь за медицинской помощью к врачу, не занимайтесь самолечением.

ПОМНИТЕ! Ваше здоровье во многом зависит от Вас.

Памятка по профилактике геморрагической лихорадки с почечным синдромом

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом - это острое природно-очаговое инфекционное заболевание вирусной природы, характеризующееся лихорадкой, геморрагическим синдромом (т.е. кровоизлияниями, кровотечениями), выраженным поражением почек.

Источник инфекции:

Источником инфекции являются дикие мышевидные грызуны, из них основной распространитель заболевания - рыжая полевка. Вирус выделяется во внешнюю среду с мочой, испражнениями и слюной грызунов.

Как происходит заражение человека?

1. При вдыхании инфицированной пыли во время уборки подвалов, погребов, садовых домиков, расположенных в лесу или вблизи леса; при сборе хвороста, валежника, лекарственных трав, ягод, грибов; при ночевках в стогах сена, скирдах соломы, шалашах, заброшенных в лесу сторожках, вагончиках и других нежилых постройках;

2. При употреблении пищевых продуктов, загрязненных грызунами (со следами погрызов, экскрементами грызунов);

3. Контактные заражения при отлове грызунов, при попадании свежих экскрементов грызунов в ссадины и царапины на коже, несоблюдении правил личной гигиены в период пребывания в лесу, на дачном участке.

Основные признаки заболевания:

Чаще всего заболевание начинается остро, как грипп, ОРВИ с повышением температуры до 38 - 40°, озноба, болей в области поясницы, мышцах, резкой слабости. Лихорадочный период небольшой, 5-7 дней, редко больше. При лёгкой форме заболевание ограничивается этими признаками. При тяжёлой - нарастают явления почечной недостаточности: усиливаются боли в области поясницы, в моче появляется примесь крови, количество мочи резко снижается, вплоть до полного прекращения. Могут отмечаться носовые и желудочные кровотечения, кровавая рвота, кровоизлияния на слизистых и кожных покровах.

Меры профилактики ГЛПС:

С целью профилактики геморрагической лихорадки с почечным синдромом необходимо:

-ограничить посещение лесных массивов с целью сбора грибов, ягод, лекарственных трав;

-в случае их посещения стараться ходить по протоптанным тропам, не принимать пищу, не вымыв предварительно руки;

-избегать ночевки в стогах сена, скирдах соломы, шалашах, заброшенных строениях;

-хранить продукты в хорошо закрываемой таре, недоступной для грызунов, не употреблять в пищу продукты, испорченные грызунами;

-при сборе хвороста, заготовке дров в лесу, других работах, связанных с возгонкой пыли, пользоваться рукавицами и увлажненной 4-х слойной марлевой повязкой;

-соблюдать правила личной гигиены (мыть руки перед едой), не ловить и не брать в руки грызунов или их трупы, не брать грязными руками за мундштук сигареты.

При выезде на садово-огородные участки необходимо провести:

- проветривание дачных помещений;

- влажную обработку помещений 0,2% раствором сульфохлорантина (20,0 грамм на 10 литров воды) или любыми моющими средствами, в состав которых входят дезинфицирующие препараты;

- постельные принадлежности просушить на солнце в течение 2-3 часов;

- продезинфицировать всю имеющуюся на даче столовую и чайную посуду;

- все виды работ, связанные с возгонкой пыли проводить в 4-х слойной увлажненной марлевой повязке, специально выделенной одежде, перчатках;

- очистить дачную и прилегающую к ней территорию от мусора, сухостоя, валежника, причем не сваливать его у изгородей, а сжечь или вывезти на санкционированные свалки, чтобы не было благоприятных условий для скопления и выживания грызунов. Сбор мусора проводить в защитной одежде (халаты, сапоги, рукавицы, маски);

- в дачных домиках, погребках, подвалах для борьбы с грызунами использовать давилки, клей АЛТ, БЛОК для механического отлова грызунов, отравленные приманки. Наиболее эффективными являются: родиолон, шторм, блокада, цунами, раттидион, бром-паста, варт, родефасин-К, тестокс, крысиная смерть (их можно приобрести в городах и районах области в хозяйственных магазинах, в г. Саратове – в магазинах «Все для сада-огорода», а также по адресу: ул. Хользунова 21).

Используя отравленные приманки, надо помнить о безопасности людей и особенно детей. Поэтому размещать их надо в укромных труднодоступных местах. Приобретая приманки, необходимо обратить внимание на наличие четкой инструкции по использованию и наличие государственной регистрации препарата;

- продукты хранить в местах, недоступных для грызунов.

При появлении признаков заболевания ГЛПС: повышении температуры, болей в области поясницы, мышцах, уменьшении количества выделяемой мочи и изменении ее цвета немедленно обращайтесь к врачу. **Самолечение опасно!**

Памятка по профилактике инфекций, передающихся клещами

С установлением теплой и благоприятной погоды начинаются выезды жителей города, на дачные участки, в лес, на природу. Пребывание в природных условиях может омрачиться укусами клещей, чья жизнедеятельность активизируется с наступлением тепла. Заражение человека происходит при присасывании клеща. Местом обитания клещей являются леса смешанного типа с хорошо выраженным подлеском и травостоем, так же клещи обнаруживаются в городских парках, скверах, на территории кладбищ и т.д. В местах своего обитания клещи скапливаются вдоль троп, по обочинам дорог, на лесных вырубках. Они плохо переносят прямые солнечные лучи и сухой воздух. Как правило, их почти не бывает на открытых солнечных полянках с невысокой травяной растительностью, что надо учитывать, выбирая место для отдыха.

Активность клещей проявляется в теплое время года, с повышением температуры от $+3^{\circ}\text{C}$ они активно нападают на человека и животных. Максимальная активность клещей наблюдается при среднедневной температуре от $+10^{\circ}\text{C}$ до $+15^{\circ}\text{C}$. В ожидании прокормителей клещи забираются на стебли трав, стволы деревьев на высоту до 1 м и при первой возможности прицепляются к человеку или животному. Попав на тело человека, клещ проникает под одежду и присасывается чаще всего в области шеи, груди, волосистой части головы, в подмышечных впадинах, иногда в паховой области. Клещ может попасть на человека при заносе животными (собаками, кошками), с цветами, грибами и ягодами, переползти с одежды другого человека, например, в транспорте.

Клещи являются переносчиками таких инфекционных заболеваний, как клещевой энцефалит, боррелиоз, туляремия, эрлихиоз, геморрагические лихорадки.

В целях профилактики укусов и присасывания клещей следует:

- Перед походом в лес, на дачу, в парки, скверы постарайтесь защитить от нападения клеща тело, особенно шею, руки и ноги. Необходимо надевать длинные брюки, рубашку с длинными рукавами, шапочку или платок, капюшон, защищающие область шеи и голову, заправлять штанины в носки и носить закрытую обувь. Манжеты рукавов плотно подгонять к телу, ворот рубашки застегивать. Одежду лучше надевать светлую, на ней легче заметить клещей. Можно также использовать для ношения специальные защитные костюмы;
- Для защиты от клещей необходимо применять специальные отпугивающие средства – репелленты. Ими пропитывают участки костюма, через которые клещи могут проникнуть на тело: нижняя часть брюк, обшлаг рукавов, воротники. Так же можно обрабатывать одежду препаратами, содержащими акарициды (вещества убивающие клещей). Такие препараты защищают от клещей неделю и более. Обработку проводят в строгом соответствии с рекомендациями, указанными на упаковке препарата;
- Место отдыха в лесу выбирать на открытой поляне, хорошо прогреваемой солнцем. Не ходите по тропам под низкими зарослями, по кустам, по высокой траве;
- Каждый человек, находясь в лесу, должен периодически, особенно перед сном (клещи становятся наиболее агрессивными под вечер), осматривать свою одежду, тело с целью выявления клеща;
- Вернувшись из леса или парка, снимите одежду, хорошо просмотрите ее - клещ может находиться в складках и швах. Внимательно осмотрите все тело - клещ может присосаться в любом месте;
- Осматривайте домашних животных после прогулок, не позволяйте им ложиться на постель.

При обнаружении клеща - его необходимо осторожно снять, соблюдая следующие рекомендации:

- захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси и извлечь его из кожных покровов (обнаруженных клещей нельзя давить руками, так как можно заразиться);
- место укуса продезинфицировать любым пригодным для этих целей средством (70% спирт, 5% йод, одеколон);
- после извлечения клеща необходимо тщательно вымыть руки с мылом.

Для определения видовой принадлежности клеща и его зараженности боррелиями можно обратиться в лабораторию ФБУЗ «Центр гигиены эпидемиологии в Саратовской области» - Вольская, 7 (первый этаж, вход со двора).

Помните: если хоботок клеща оторвется и остается в коже, то необходимо обратиться в травматологический пункт по месту жительства.

Применение репеллентов и акарицидных препаратов при выходе на природу, раннее обращение за медицинской помощью и своевременное лечение способствует предупреждению заболеваний передающихся клещами и благоприятному исходу.