

УКАЗАНИЕ

ЗА ОБЩИ ХИГИЕННИ И ПРОТИВОЕПИДЕМИЧНИ МЕРКИ В СЕЗОНА НА ГРИПА И ОРЗ

Изготвено на основание Методическото указание за борба с грип и ОРЗ,
утвърдено със Заповед на МЗ№ РД-01-260/ 11.09.2019г.

I - Преди активния сезон на грип и ОРЗ: -

1. Мерки по отношение на болните от грип – трябва да бъдат насочени към осигуряване на медицински и социални грижи, както и такива за ограничаване разпространението на инфекцията:

- > Изолация на болните от грип с леки и средно тежки форми на грип в домашни условия, при възможност в отделна стая, до преминаване на клиничните симптоми;
- > Болните, с тежки форми на грип, с усложнения- или с повишен риск от възникване на усложнения, поради наличие на придружаващи заболявания (напр. сърдечно-съдови, белодробни, заболявания на обмяната и др.) се изолират в лечебни заведения за болнична помощ по медицински показания;
- > За намаляване разпространението на грипни вируси и за предпазване, на контактните лица, болните трябва да спазват т. нар. етикет на кихане и кашляне, както и да използват маски, ако за това не съществуват медицински противопоказания;
- > Заболелите от грип медицински работници не трябва да се допускат на работа. Тези от тях, които развият симптоми на заболяването по време на работа се отстраняват незабавно;
- > Навременна и правилна употреба на антивирусни препарати;
- > Употреба на антибиотици, при данни за вторична бактериална инфекция. Антибиотиците не могат да намалят заболяемостта от грип, но могат да намалят броя на болните, нуждаещи се от хоспитализация поради тежко протичане или усложненията по време или след прекарана грипна инфекция.

2. Мерки по отношение на контактните на болни от грип

- > Препоръчително е контактите на болни от грип да бъдат инструктирани да се самонаблюдават за поява на първите симптоми на заболяването, с оглед бързото поставяне на диагнозата, изолация и лечение;
- > По възможност контактните на болни от грип в рамките на инкубационния период на заболяването да ограничат контактите - пътувания, социални контакти и др.;
- > Контактните на болни от грип трябва да използват маски, закриващи устата и носа;
- > Стриктно да спазват стандартните хигиенни правила (основно миене на ръце), за намаляване на риска от заразяване на околните;
- > Постекспозиционна профилактика с антивирусни препарати,, назначена от лекар.

3. Мерки по отношение механизма на предаване и разпространение на грипните вируси

3.1. Ограничителните мерки -целят намаляване на контактите между хората с цел прекъсване механизма на предаване на заразата и могат да бъдат:

- > Ограничаване на пътуванията (лични, служебни);
- > Преустановяване посещенията на външни хора в затворени колективи, напр. в социални домове, детски градини, училища, болници и др.
- > Провеждане на филтър в детските градини и в училищата от мед. специалисти с помощта на учителите.
- > Прекратяване на учебните занятия в училищата - **няма убедителни доказателства за ефективността на мярката.** По принцип нейното прилагане следва да се обсъжда при епидемии с предимно засягане на деца и младежи. На база на математически модели е направен извод, че най-добър резултат би могъл да се очаква , ако занятията се прекратят, когато заболяемостта сред учениците е много ниска (2%). При заболяемост достигнала 20% ползата е много малка. Практиката показва, че реално постигнатият ефект е по-малък от очаквания на база моделиране на процеса, вероятно поради това, че децата продължават своите контакти извън училище. Подходът е подкрепен от проучвания, които са установили, че прекратяването на учебните занятия е свързано с намаляване на пика на заболяемостта, но не и с общата заболяемост. Следователно общият брой на заразените с грип лица може да не бъде значително засегнат от интервенцията, въпреки че краткосрочното въздействие на епидемията може да бъде притъпено.
- > Провеждането на ограничителни мерки сред цялото население е много, трудно постижимо. Все пак по време на разгара на епидемията се препоръчва да не се организират масови събития, да се работи от вкъщи и когато е възможно да се отложи провеждането на обществени мероприятия .

3.2. Дезинфекционни и хигиенни мероприятия: За грип е характерно, че вирусите се предават от човек на човек чрез пръски от горните дихателни пътища, които се разпространяват на малки разстояния - рискът от заразяване намалява значително на разстояние по-голямо от 1м. Вирусите могат да се предават и чрез секретите от дихателните пътища, чрез ръце и повърхности. Инкубационният период е средно 2-3 дни, като болният е най-заразен в началото на заболяването за общо 5-7 дни.

- > Грипните вируси лесно се инактивират при редовно миене със сапун, от дезинфектанти за ръце, съдържащи алкохол и при почистване с обикновени домакински препарати и детергенти.
- > Важно е на работните места да се осигурят добри хигиенни условия, включително подходяща температура, редовно проветряване и почистване с влажна кърпа на повърхностите.
- > Етикет на кихане и кашляне (респираторен етикет) - това са прости правила, спазването на които съдейства за ограничаване разпространението на вирусите в околната среда. **Важно е хората винаги да закриват устата и носа си при кихане и кашляне. Препоръчва се да се използват еднократни хартиени кърпи за нос, които след употреба да се унищожават.**
- > Дезинфекция се провежда в лечебни заведения, учебни и детски заведения и на повърхности, които може да са контаминирани.
- > Маски - повечето автори са на мнение, че обикновените маски са достатъчни и осигуряват известна защита. Положителен ефект може да има използването на маски от персонала на детски заведения, обществения транспорт, заведения за обществено хранене, магазини и др.
- > Въвеждане на специален режим на работа; където рискът от интензивно разпространение на вируса е повишен - лечебни заведения, социални заведения, училища и детски градини, обществен транспорт.

II - Противоепидемични мерки по време на грипна епидемия - Въз основа на текущото проследяване на динамиката на заболяемост от грип и ОРЗ и анализ на епидемичната ситуация, областният оперативен щаб за борба с грип и ОРЗ взема решение за обявяване на епидемия на територията на цялата административна област или в отделни населени места от нея, за което Директорът на РЗИ-издава заповед и незабавно уведомява Министерство на здравеопазването. **По време на грипна епидемия се предприемат следните задължителни мероприятия :**

- > Преустановяват се плановите консултации на здрави бременни жени и кърмачета;
- > Преустановяват се всички профилактични прегледи¹ и имунизации;
- > Прекратяват се плановите операции;
- > Лечебните заведения за болнична помощ са длъжни да предвидят възможност за разширяване на легловия капацитет на вътрешните отделения за сметка на други отделения с оглед приемането на насочени пациенти с грип и/или усложнения;
- > Преустановяват се свижданията в лечебните заведения;
- > Стриктно спазване на Наредба № 3/08.05.2013 г. за утвърждаване на медицински стандарт по превенция и контрол на вътреболничните инфекции;
- > Детските заведения не преустановяват работата си. Медицинските специалисти с помощта на учителите провеждат ежедневен филтър. Откритите болни деца се връщат по домовете: Заболелите лица от персонала на детските заведения не се допускат на работа;
- > Решение за временно прекратяване на учебните занятия в отделни учебни заведения или във всички учебни заведения в областта следва да се въвежда само като крайна мярка за справяне с епидемичния процес **в условията на обявена грипна епидемия**, като директорът на РЗИ прави предложение до директора на Регионалното управление по образованието за временно прекъсване на учебния процес. Предложението следва да е мотивирано, в зависимост от конкретната обстановка и само при условие, че временното спиране на учебните занятия ще бъде с положителен ефект върху развитието на грипната епидемията в региона.