

Sveikatos priežiūros specialistai informuoja, kad pastaruoju metu išaugo sergamumas ūmiomis viršutinių kvėpavimo takų infekcijomis (ŪVKTI). Naujausiais Nacionalinio visuomenės sveikatos centro duomenimis Panevėžyje gripu serga 148, iš jų 7 gydomi ligoninėje, ŪVKTI - 1217, COVID-19 liga - 42 panevėžiečiai. Šiuo metu sergamumas 100 tūkst. gyventojų siekia 1609,93 atvejo.

Gripo ar COVID-19 ligos epidemiją savivaldybėje rekomenduojama skelbti, kai sergamumo rodiklis viršija 1500 atvejų 100 tūkst. gyventojų per savaitę. Tačiau prieš siūlant priimti sprendimą dėl epidemijos paskelbimo, Nacionalinis visuomenės sveikatos centras būtinai atsižvelgia ir į papildomus kriterijus – ar kiti rodikliai netrukdo įprastiniam gyvenimui, pavyksta užtikrinti įstaigų veiklą, hospitalizaciją, ligos formos nėra itin sudėtingos. Kol kas toks siūlymas iš Nacionalinio visuomenės sveikatos centro nėra gautas.

Panevėžio miesto savivaldybės administracijos Sveikatos poskyris, augant sergamumui gripu ir virusinėmis infekcijomis, rekomenduoja: venkite artimų kontaktų su sergančiaisiais, dažnai vėdinkite patalpas, kuo mažiau lankytės masinio susibūrimo vietose, lankantis sveikatos priežiūros įstaigose rekomenduojama dėvėti veidą apsaugančias kaukes, dažniau plaukite rankas su muilu, venkite liesti akis, nosį ir burną, ypač nešvariomis rankomis, laikykitės kosėjimo ir čiaudėjimo etiketo.

Labai svarbu užbėgti ligai už akių ir, kai aplink siaučia įvairios virusinės ligos, stengtis nepervargti, gerai išsimiegoti, sveikai maitintis, grūdintis, kasdien mankštintis, daugiau būti gryname ore, nuolat vėdinti namus, neperkaisti, vartoti natūralių organizmo atsparumą stiprinančių maisto papildų.

Primename, kad skiepai – efektyviausia priemonė apsisaugoti nuo gripo, COVID-19 ligos ir jų sukeltų komplikacijų. Pageidaujantys skiepytis nemokama COVID-19 vakcina gyventojai turi registruotis internetu *koronastop.lt* arba kreiptis į savo gydymo įstaigą. Gripo vakcinomis nemokamai skiepijami 65 metų amžiaus ir vyresni žmonės, nėščiosios, socialinės globos bei slaugos įstaigų gyventojai, sergantieji lėtinėmis ligomis ir sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojai. Savo lėšomis gali pasiskiepyti visi norintieji. Atkreipiame dėmesį, kad prieš skiepijantis būtina pasikonsultuoti su savo šeimos gydytoju.

