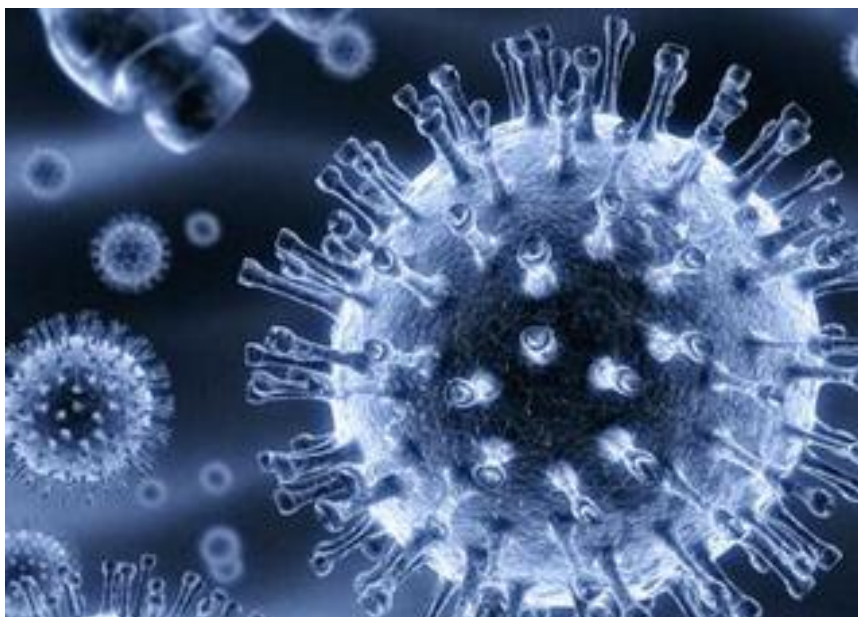


Chřipka se každoročně vrací



Jako každoročně dochází touto dobou k nárůstu akutních respiračních infekcí (ARI) a chřipky. Výskyt onemocnění ARI a chřipky je celosvětový, s navýšením v chladných měsících roku (leden až duben).

Přenos: K přenosu nákazy dochází přímým stykem s nemocným, kapénkami, vzdušnou cestou nebo předměty kontaminovanými sekrety nemocného.

Prevence:

- Obecná preventivní opatření spočívají ve zvyšování imunity – zvýšený přísun vitamínů - ovoce, zeleniny, otužování, dodržování přiměřené fyzické aktivity, kvalitní a dostatečný spánek. Dodržování zásad osobní hygieny - časté mytí rukou.
- Je-li to možné vyhněte se kontaktu s nemocnými osobami a omezte pobyt na místech s velkou koncentrací lidí. Často větrejte.
- Pokud jste nemocní zůstaňte doma a nešiřte onemocnění dále.
- Při kašli a kýchní si zakryvejte ústa a nos předloktím nebo jednorázovým kapesníkem, který po použití vyhoďte, popřípadě použijte roušku.
- **Nejúčinnější ochranou proti chřipce je očkování**, ochranné protilátky se vytvářejí za 14 dní po očkování.

Monitoring ARI:

- Týdenní hlášení ARI je zveřejňováno celoročně na webových stránkách Krajské hygienické stanice Moravskoslezského kraje.
- V období od 1.11. - 30. 3. probíhá hlášení ARI a chřipkových onemocnění také z lékařských pohotovostí (LSPP) Moravskoslezského kraje.
- Krajská hygienická stanice ve spolupráci s terénními lékaři monitoruje cirkulaci původců ARI.

Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě

Na Bělidle 7, 702 00 Ostrava

Tel: 595 138 111, Fax: 595 138 109

podatelna@khsova.cz, www.khsova.cz, ID datové schránky: w8pai4f

Aktuální situace ve výskytu ARI:

Nemocnost ARI v Moravskoslezském kraji v 50. kalendářním týdnu dosáhla 1 266/100 000 obyvatel. Nejvyšší nemocnost byla na Opavsku s 1 714 případy /100 000 obyvatel, nejnižší na Frýdecko - Místecku 907/100 000 obyv. Nejvyšší nemocnost byla zaznamenána ve věkové skupině 0-5letých dětí. Počet osob ošetřených pro ARI na LSPP v MS kraji se pohyboval v rozmezí 20 - 30 % z celkového počtu ošetřených. V současné době nebyl na území našeho kraje zachycen virus chřipky. Proti chřipce je možno se i nyní nechat naočkovat.

Jak se bránit proti chřipce a ostatním respiračním nákazám najdete [zde](#).