

**Всемирный день борьбы с пневмонией отмечается ежегодно 12 ноября. Роспотребнадзор напоминает о симптомах заболевания и способах его профилактики.**

**Пневмония** - это воспаление легочной ткани, чаще всего инфекционного происхождения, вызванное вирусами, бактериями, грибами или простейшими.

Комплекс профилактических мер в отношении инфекций верхних и нижних дыхательных путей является одним из важнейших направлений деятельности Роспотребнадзора. Пневмония может быть, как самостоятельным заболеванием, так и осложнением других болезней, например, коронавирусной инфекции или сердечной недостаточности. Внебольничная пневмония (ВП) диагностируется в первые 48 часов после появления симптомов, таких как лихорадка, кашель, выделение мокроты и одышка.

ВП является заболеванием, преимущественно бактериальной, бактериально-вирусной или вирусной этиологии. Отдельную роль в развитии ВП, особенно при формировании эпидемических очагов в организованных коллективах детей и взрослых, играют микоплазмы. На фоне иммунодефицитных состояний возбудителями ВП могут быть простейшие, вирусы герпеса и грибы. Основным механизмом передачи - аэрозольный, через воздух и капли. Источником инфекции могут быть как больные люди, так и носители возбудителей. В случае заболеваний, вызванных высокопатогенными вирусами, источниками могут быть птицы и теплокровные животные.

Пневмония распространена повсеместно и проявляется как в виде единичных случаев, так и эпидемических очагов, особенно в организованных коллективах и семьях, часто на фоне повышенной заболеваемости ОРВИ.

Роспотребнадзор первым в мире разработал и внедрил систему эпидемиологического надзора за ВП, которая позволила детально подойти к изучению инфекции и разработать профилактические меры. Накопленный опыт дает возможность оперативно выявлять и ликвидировать эпидемические очаги ВП.

С целью объективной оценки ситуации еще в ноябре 2009 года на фоне пандемии гриппа А(Н1N1)09 Роспотребнадзором была отдельно введена еженедельная регистрация случаев ВП, как объективного индикатора распространения и тяжести эпидемического процесса гриппа и ОРВИ. С 2011 года ВП введены в отчетные формы федерального статистического наблюдения, изучаются и анализируются как самостоятельная группа.

Одним из направлений профилактики ВП является иммунизация населения против пневмококковой и гемофильной инфекции, гриппа. Кроме того, необходимо придерживаться здорового образа жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее - избегать сквозняков. Также следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

Чтобы защитить себя в период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ рекомендуется соблюдать меры профилактики - использовать средства индивидуальной защиты, мыть руки с мылом, избегать контакта с заболевшими людьми, проветривать помещения. И, конечно, оставаться дома и обращаться к врачу, если почувствовали недомогание, особенно это касается людей старшего возраста и имеющих хронические заболевания.