

## ***12 ноября 2022 – Всемирный день борьбы с пневмонией***

Ежегодно 12 ноября отмечается Всемирный день борьбы с пневмонией. Он появился в календаре по инициативе Глобальной коалиции против детской пневмонии.

Пневмония – воспалительный процесс лёгочной ткани инфекционного происхождения. Несмотря на все усилия, предпринимаемые медиками, пневмония до сих пор остается одним из самых распространенных заболеваний. Согласно статистике от воспаления легких ежегодно в мире умирает более двух миллионов человек, в том числе примерно 1,1 миллиона - детей.

В структуре заболеваемости пневмонией внебольничные пневмонии составляют около 70% и остаются одной из ведущих причин госпитализации, как в индустриально развитых, так и в развивающихся странах. Наиболее тяжело внебольничные пневмонии протекают у лиц пожилого возраста, а также на фоне сопутствующих заболеваний.

Комплекс профилактических мер в отношении инфекций верхних и нижних дыхательных путей является одним из важнейших направлений деятельности Роспотребнадзора. Особую важность это приобретает в период сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции, при которой внебольничная пневмония становится наиболее частым осложнением.

Внебольничная пневмония (далее ВП) — это острое заболевание, возникшее во внебольничных условиях (вне стационара) или диагностированное в первые 48 часов от момента госпитализации - сопровождающееся симптомами инфекции нижних отделов дыхательных путей (лихорадка, кашель, выделение мокроты, боль в грудной клетке, одышка) и рентгенологическими признаками.

ВП является заболеванием, преимущественно бактериальной, бактериально-вирусной или вирусной этиологии. Часто пневмония развивается, как осложнение, после таких инфекционных заболеваний, как ОРВИ и грипп, особенно у непривитых лиц.

К числу наиболее распространенных возбудителей, вызывающих ВП, относятся:

- *Streptococcus pneumoniae* (пневмококк) – наиболее распространенная причина бактериальной пневмонии у детей;
- *Haemophilus influenzae* type b (Hib) (Гемофильная палочка) – вторая по частоте причина бактериальной пневмонии;
- респираторно-синцитиальный вирус является распространенной причиной вирусной пневмонии;
- у ВИЧ-инфицированных детей одной из наиболее распространенных причин пневмонии являются *pneumocystis jiroveci*. Эти микроорганизмы приводят, по меньшей мере, к одной четверти всех случаев смерти ВИЧ-инфицированных детей от пневмонии.

В последние годы после дебюта вируса SARS-CoV-2 началась активная циркуляция среди населения метапневмовируса, который считается одним из наиболее распространенных причин инфекции нижних дыхательных путей у детей. Болезнь распространяется воздушно-капельным путем, а пик заболевания приходится на зиму и весну. Метапневмовирус поражает людей всех возрастных групп, но в основном им болеют дети до 5 лет. Особенно тяжело заболевание протекает у детей до 3 лет и лиц с иммунодефицитом.

Отдельную роль в развитии ВП, особенно, при формировании эпидемических очагов в закрытых коллективах, играют микоплазмы и хламидии. На фоне иммунодефицитных состояний возбудителями ВП могут явиться простейшие, вирусы герпеса и грибы.

Основным механизмом передачи ВП является аэрозольный, который реализуется воздушно-капельным и воздушно-пылевыми путями.

Источником инфекции в большинстве случаев является больной человек или носитель возбудителя.

При заболеваниях, вызванных высокопатогенными вирусами гриппа, некоторыми коронавирусами, зоонозных инфекциях (орнитоз, коксиеллез и др.) источником могут явиться птицы и различные теплокровные животные.

ВП среди людей распространены повсеместно, проявляются в виде спорадической заболеваемости и эпидемических очагов, преимущественно в организованных коллективах или в семьях. Вспышки ВП чаще протекают на фоне высокой заболеваемости ОРВИ.

Роспотребнадзор первым в мире разработал и внедрил систему эпидемиологического надзора, которая позволила в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции детально подойти к изучению внебольничных пневмоний и разработать профилактические меры. С целью объективной оценки ситуации еще в ноябре 2009 года на фоне пандемии гриппа А(Н1N1)09 Роспотребнадзором была отдельно введена еженедельная регистрация ВП, как объективного индикатора распространения и тяжести эпидемического процесса гриппа и ОРВИ. С 2011 года ВП введены в отчетные формы, изучаются и анализируются как самостоятельная группа. Накопленный опыт дает возможность оперативно выявлять и ликвидировать эпидемические очаги ВП.

В годовой динамике заболеваемости у ВП нет четко выраженной сезонности. Вместе с тем, заболеваемость несколько ниже в летние месяцы. Проведенный анализ позволил определить факторы, способствующие формированию очагов ВП, а именно:

- несвоевременная изоляция больных ОРВИ из коллектива;
- нарушение работы вентиляции и не соблюдение требований санитарных правил по кратности воздухообмена в помещениях;
- переуплотнение коллектива, как следствие несоблюдения норм площадей на одного человека;
- переохлаждение организма, как следствие низкой температуры воздуха в помещениях (ниже требуемых гигиенических нормативов).

Одним из направлений профилактики ВП является иммунизация населения против пневмококковой и гемофильной инфекции и гриппа. Вакцинация против пневмококковой и гемофильной инфекции проводится в рамках национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям, утвержденного Приказом Министерства здравоохранения РФ от 6 декабря 2021 г. № 1122н детям от шести месяцев, беременным женщинам, пожилым гражданам, а также людям, имеющим хронические заболевания дыхательной системы и сахарный диабет, страдающим иммунодефицитными состояниями.

С учетом сезонного подъема заболеваемости ОРВИ и гриппа, комплекс профилактических мероприятий, который применяется в настоящее время против COVID-19, актуален для всех респираторных заболеваний, в том числе для внебольничной пневмонии.

### **Основные рекомендации по профилактике внебольничной пневмонии**

1. Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе. Очень важно не курить в помещении, где могут находиться люди: пассивное курение пагубно сказывается на функции бронхов и иммунитете.

2. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).
3. До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа.
4. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее - сквозняков.
5. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
6. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.
7. Необходимо соблюдать гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.
8. Важно помнить, если вы хотите оградить себя и детей от болезни, следите за своим здоровьем, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются при тесном контакте (микоплазменная инфекция, стафилококк, многие вирусные инфекции, COVID-19).

Если заболели вы или ваш ребенок, необходимо остаться дома и как можно скорее вызвать врача и ни в коем случае не заниматься самолечением. Будьте здоровы!