

## **Новий субваріант штаму коронавірусу омікрон – JN.1: як себе убезпечити**

Лозівське районне управління Головного управління Держпродспоживслужби в Харківській області інформує: зазвичай у лютому – березні реєструється сезонне підвищення рівня захворюваності на ГРВІ, грип та COVID-19.

За інформацією МОЗ України загалом з початку епідсезону (з 2 жовтня 2023 до 11 лютого 2024) в Україні на ГРВІ, грип та COVID-19 перехворіло 2 932 615 українців (8% населення країни). 139 696 людей перехворіли на COVID-19: померло 732 людини (56 з них – в Харківській області), з них – 4 дитини віком до 17 років. Летальні випадки через ускладнення грипу почали реєструвати наприкінці грудня, хвороба забрала життя 43 людей.

У січні 2024 року в Україні виявили 9 випадків нового субваріанта штаму коронавірусу омікрон – JN.1, який називають «Дженні». Про це повідомили в Міністерстві охорони здоров'я.

Три випадки вірусу виявили на Сумщині, по два – у Волинській та Черкаській областях, по одному – у Рівненській і Запорізькій областях.

За словами головного державного санітарного лікаря Ігоря Кузіна, вірус SARS-CoV-2 постійно мутує та ухиляється від імунної відповіді – тобто швидше вражає ослаблений імунітет, тож захворіти можуть навіть раніше вакциновані. Однак набутий імунітет після вакцинації знижує ризики ускладнень під час хвороби.

Серед тих, хто захворів в Україні, лише одна людина з дев'яти мала два щеплення проти COVID-19. За клінічними симптомами медики зафіксували середній або легкий перебіг захворювання, тільки одна людина була госпіталізована до лікарні. Вік пацієнтів – 27-73 роки.

Вперше цей субваріант виявили в США у вересні 2023 року, після – в інших країнах світу, зокрема Індії, Китаї, Великій Британії. Щодо JN.1 у ВООЗ зазначають, що ризик для населення низький, а вакцини, які використовуються у світі проти COVID-19, захищають від нового субваріанта.

Звертаємо увагу, що станом на 24.01.2024 за січень у Харкові зареєстровано 105 лабораторно підтверджених випадків захворюваності на COVID-19.

Головне управління Держпродспоживслужби в Харківській області нагадує, щоб залишатися здоровими, дотримуйтеся таких порад:

- подбайте про імунітет – вакцинуються проти COVID-19. Це дасть змогу зменшити ризик важкого перебігу, ускладнень хвороби та летальних випадків;
- проводьте вільний час активно. Регулярна фізична активність та прогулянки на свіжому повітрі поліпшують самопочуття, сон і допомагають впоратися зі стресами;
- відмовтесь від шкідливих звичок, які сприяють зниженню імунітету та роблять ваш організм чутливим до хвороб, зокрема розвитку ГРВІ та COVID-19;
- стежте за своїм здоров'ям та підтримуйте здорову вагу. Надмірна вага та ожиріння можуть погіршити перебіг COVID-19;
- стежте за своїм харчуванням. Регулярно вживайте овочі та фрукти, які є важливими джерелами вітамінів та мінералів.

### **Якщо почались симптоми ГРВІ:**

- намагайтесь чимшвидше ізолюватися та бути вдома до повного одужання;
- зверніться до сімейного лікаря та дотримуйтесь його порад. Пам'ятайте, що підтвердити діагноз COVID-19 можна за допомогою тестування.

