

«УТВЕРЖДАЮ»
Заместитель председателя
Могилёвского горисполкома

А.М. Кунцевич
2013г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Дл. Заместитель председателя
Могилёвского райисполкома

В.К.Еленский
2013г.

П Л А Н
мероприятий по профилактике гриппа и ОРВИ на 2014 год.

1. Организация работы предприятий и учреждений по недопущению заноса и распространения инфекции (в период подготовки к эпидемическому подъёму заболеваемости гриппом и другими острыми респираторными заболеваниями (ОРЗ)).

№ п/п	Мероприятия	Срок исполнения	Исполнитель
1.	Откорректировать комплексные и оперативные планы мероприятий по борьбе с гриппом.	сентябрь	Руководители предприятий, учреждений
2.	Назначить приказом ответственное должностное лицо за организацию, проведение профилактических и оздоровительных мероприятий в учреждении.	сентябрь	Главные врачи, зав. филиалами УЗ, руководители предприятий, учреждений
3.	Обеспечить соблюдение требований санитарных норм и правил по обеспечению санитарно-гигиенического и противоэпидемического режимов, обратив особое внимание на эффективную работу вытяжных вентиляционных систем, на поддержание температурного режима, проветривание – на предприятиях промышленности, строительства, транспорта, культурно-просветительных, детских, лечебно-профилактических, оздоровительных и других учреждений.	март-сентябрь	Руководителям предприятий, учреждений
4.	Провести обучение медицинских работников всех специальностей по вопросам профилактики, диагностики и лечения ОРВИ, порядку информирования населения в случае возникновения эпидемии.	сентябрь	Главные врачи, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
5.	Провести расчет и закупку необходимого количества средств индивидуальной защиты для медицинских работников: защитной одежды, халатов, перчаток, 4-х слойных марлевых повязок (из расчета смены их каждые 3-4 часа), лекарственных средств, рентгеновской пленки, диагностических препаратов, масок для больных пациентов.	июль-сентябрь	Руководители учреждений, главные врачи, зав. филиалами УЗ, стационаров

6.	Провести расчет и закупку необходимого количества дезинфицирующих и моющих средств, ветоши, уборочного инвентаря.	июль-сентябрь	Руководители учреждений, главные врачи, заведующие филиалами УЗ
7.	Подготовить в соответствии с санитарными требованиями помещения (изоляторы) для временного пребывания больных при всех студенческих и рабочих общежитиях.	сентябрь	Руководители предприятий, учебных заведений
8.	Обеспечить раннее выявление лиц с симптомами гриппа и ОРВИ для своевременной их изоляции.	октябрь-март	Руководители предприятий, учебных заведений, дошкольных учреждений
9.	Обеспечить оперативное слежение за заболеваемостью ОРВИ и гриппа с целью раннего определения начала эпидемии на территории города.	ежедневно с передачей информации в УЗ «МЗЦГЭ», далее – на областной уровень	Главные врачи УЗ, заведующие филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
10.	Обеспечить выявление лиц с симптомами ГПЗ и ТОРИ в соответствии со стандартными определениями, учет.	Ежедневно с еженедельной передачей обобщенной информации до 9.00 в УЗ «МЗЦГЭ» по понедельникам	Заведующий п. 10, главные врачи УЗ «МГБСМП», «МОДБ»
11.	Обеспечить сбор биологического материала, оформление направления и доставку материала в лабораторию ООИ «Могилевский облЦГЭиОЗ» (копию направления (приложение №2 к Санитарным нормам и правилам от 29.12.13г. № 217 досылать в УЗ «Могилевский зональный ЦГЭ») от пациентов с симптомами ГПЗ, ТОРИ от пациентов с ОРИ методом ИФА, методом РТГА от пациентов с ОРИ по клиническим показаниям методом ПЦР (наряду с забором крови для исследований методом РТГА (парные сыворотки крови с интервалом 10-14 дней).	постоянно согласно графика по клиническим показаниям	Заведующий п.10, главные врачи УЗ «МГБСМП», «МОДБ» Главные врачи, зав. филиалами УЗ Главные врачи, зав. филиалами УЗ
12.	Своевременно предоставлять информацию в УЗ «Могилевский зонЦГЭ» о групповых случаях заболеваний гриппом и ОРЗ на территории обслуживания поликлиники.	Октябрь-март	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
13	Обеспечить ежедневную передачу сведений об отсутствующих воспитанниках детских	С января 2014 года	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, руководители ДДУ, школ, других учебных заведений

	садов и учащихся школ, СУЗов, ВУЗов, лицеев, гимназий по причине заболеваемости ОРИ и гриппом		
14.	При выявлении пациентов с симптомами гриппа, вызванного вирусом с пандемическим потенциалом, обеспечить выполнение мероприятий в соответствии с СНПиГН «Требования к проведению эпидемиологического надзора за ОРИ в РБ» (гл.5.) и представлять информацию в соответствии с «Инструкцией о порядке представления внеочередной и заключительной информации об осложнении санитарно-эпидемической обстановки», утв. приказом МЗ РБ № 149 от 14.02.2011г.	При выявлении	Главные врачи, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
15.	Обеспечить эпидемиологическое обследование групповых очагов ОРВИ в детских организованных коллективах и стационарах.	В течение 24 часов после получения информации	УЗ «МЗЦГЭ»
16.	Осуществлять мониторинг коллективного иммунитета к гриппу по результатам серологических исследований 100 сывороток крови доноров.	ежемесячно в течение года	УЗ «МОСПК», УЗ «МЗЦГЭ»
17.	Провести планирование профилактических прививок против гриппа в соответствии с действующими директивными документами.		Главные врачи, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
17.1.	Лица из «группы высокого риска последствий заболеваний гриппом» не менее 75% (дети от 6 месяцев до 3-х лет, дети с 3-х лет и взрослые с хроническими заболеваниями, лица с иммуносупрессией, лица старше 65 лет, беременные) и лица из «группы высокого риска заражения гриппом» (медработники, дети и взрослые из учреждений с круглосуточным пребыванием) - за счет республиканского бюджета	декабрь 2013	___//___
17.2	Дети от 3 до 6 лет, школьники в возрасте 6-16 лет, работники птицеводческих предприятий, работники сферы бытового обслуживания, образования, торговли, общественного питания, транспортных организаций, службы жилищно-коммунального хозяйства, службы жилищно-коммунального хозяйства, энергообеспечения, связи, лица, находящиеся в контакте с пациентами хронической патологией, с детьми до 6-ти месяцев, медработники – за счет средств местного бюджета.	декабрь 2013, корректировка – март 2014 года	___//___
17.3	Другие категории населения – за счет средств организаций и учреждений (не менее 40% работающих на предприятиях, организациях, 100% - на предприятиях торговли и общепита) и за счет личных средств.	декабрь- 2013, корректировка – март-июль	___//___
18.	Обеспечить предоставление ежемесячной информации (с нарастающим итогом) о ходе подготовки к вакцинации против гриппа на предприятиях и организациях в 2014 году в УЗ «МЗЦГЭ» до 11 числа начиная с января 2014 года	С января 2014 года, в дальнейшем ежемесячно	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
19.	Информировать заинтересованных лиц о перечне вакцин, зарегистрированных и разрешенных к применению на территории РБ.	при получении информации	Главные врачи, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»

20.	Подготовить материалы по вопросу необходимости выделения денежных средств из местного бюджета и вынести на рассмотрение гор-райисполкомов.	январь 2014	УЗ «МЗЦГЭ», УЗ «МЦП»
21.	Обеспечить готовность организаций здравоохранения к проведению кампании иммунизации населения против гриппа.	до 01.09.14	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
22.	Провести организационную работу с руководителями предприятий, организаций, учреждений по привлечению денежных средств для иммунизации своих сотрудников на платной основе (направление писем, встреча с руководителями, с трудовыми коллективами и др.).	январь-сентябрь	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
23.	Организовать и провести информирование родителей на родительских собраниях в ДДУ, школах	сентябрь	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
24.	Информировать органы исполнительной власти о подготовке к эпидсезону ОРИ и гриппа, в т.ч. по вопросам иммунизации.	август	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ»
25.	Организовать вакцинопрофилактику гриппа в лечебно-профилактических организациях на платной основе для населения.	Сентябрь-ноябрь	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
26.	Обеспечить готовность выездных прививочных бригад для иммунизации населения против гриппа на предприятиях, организациях, сельской местности.	До 01.09.14	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
27.	Обеспечить наличие на каждом терапевтическом участке пофамильных списков лиц, подлежащих иммунизации против гриппа, с указанием конкретной группы риска.	Август-сентябрь	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
28.	Обеспечить проведение вакцинации против гриппа населения с охватом не менее 40%, в том числе: 13% за счет республиканского бюджета, 19 % за счёт местного бюджета, 8% за счет предприятий и личных средств	До 1 ноября 2014	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
29.	Провести оценку эффективности проведенной иммунизации против гриппа.	До 14 апреля 2014 года	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
29.1	Провести оценку эффективности проведённой иммунизации против гриппа на крупных предприятиях города.	До 14 апреля 2014 года	Руководители предприятий и организаций
30.	Обеспечить контроль за полнотой охвата вакцинацией и адекватность расходования вакцин.	до 01.03.2014г.	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ»
31.	Обеспечить постоянное и бесперебойное наличие основных химиопрофилактических, химиотерапевтических, дезинфекционных средств для профилактики и лечения гриппа и средств индивидуальной защиты (медицинские маски, респираторы и другое) в достаточном количестве, которое рассчитывается с учетом опыта работы во время предыдущих эпидемий.	Постоянно	ТП РУП «Фармация»
32.	Оформить в аптечной сети витрины наличия препаратов для профилактики и лечения гриппа и ОРВИ.	Сентябрь	ТП РУП «Фармация»
33.	Проверить наличие необходимого запаса химиопрепаратов в аптечной сети и в лечебно-профилактических организациях.	До 01.10.14г.	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ»

34.	Повысить готовность лечебно-профилактических организаций к эпидемии гриппа.	ноябрь 2014	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
35.	Определить дополнительную потребность медицинских работников для оказания помощи населению в период эпидемии.	До 1.10.14г.	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
36.	В каждом ЛПО составить графики работы врачей на период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ.	До 1.10.14г.	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров
37.	В каждом ЛПО определить резерв автотранспорта для транспортировки больных гриппом и ОРВИ в период пандемии.	До 1.10.14г.	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
38.	Обеспечить готовность инфекционных отделений к изоляции и проведению интенсивной терапии больных тяжелыми формами гриппа и пневмониями.	Постоянно	Главный врач УЗ «МИБ», УЗ «МОБ», УЗ «МОДБ»
39.	Обеспечить госпитализацию больных по клиническим или эпидемиологическим показаниям.	По показаниям	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
40.	Провести формирование резерва коечного фонда, медицинских работников, необходимого медицинского оборудования, инвентаря, составление плана перепрофилирования коек с возможным развертыванием палат интенсивной терапии в перепрофилированных отделениях.	Сентябрь	УЗ «МИБ», УЗ «МБ №1», УЗ «МГБСМП», УЗ «МОБ», УЗ «МОПТД», УЗ «МОДБ»
41.	Разработать и разместить в транспортных средствах (автобусы, троллейбусы) плакаты (памятки, листовки) по профилактике гриппа.	До 01.10.14г.	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ»
42.	Подготовить беседы, тексты радиобесед.	До 01.10.14г.	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
43.	Обеспечить информирование населения через средства массовой информации, а также, используя иные доступные способы (плакаты, брошюры, листовки, буклеты, видеоматериалы) по вопросам профилактики ОРВИ.	сентябрь-декабрь	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, УЗ «МЗЦГЭ»
44.	Обеспечить проведение систематической разъяснительной работы с населением, в т.ч. в трудовых и учебных коллективах, о мерах личной и общественной профилактики гриппа и ОРЗ, в т.ч. иммунизации.	январь-октябрь	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ», главные врачи, зав. филиалами УЗ, стационаров, руководители предприятий, учреждений

2. Организация работы в период эпидемического подъема заболеваемости гриппом (после вынесения Постановления главного санитарного врача города Могилева и Могилевского района «О неотложных мерах по борьбе с гриппом в городе Могилеве» и телефонограммы УЗ «МЗЦГЭ»)

№ п/п	Мероприятия	Срок исполнения	Исполнитель
1.	Ввести в действие комплекс противоэпидемических мероприятий при устойчивом превышении эпидемического порога.	Немедленно	Руководители предприятий, учреждений, организаций
2.	Обеспечить регулярное информирование органов исполнительной власти о ситуации по гриппу и ОРЗ.	Постоянно	Главный врач УЗ «МЗЦГЭ»
3.	Опубликовать в средствах массовой информации номера дополнительно выделенных телефонов в регистратурах поликлиник.	немедленно	Главный врач УЗ «МЦП»
4.	Своевременно госпитализировать больных тяжелыми и осложненными формами гриппа и других ОРВИ, особенно детей до 3-х лет и лиц с сопутствующими хроническими заболеваниями в боксированные палаты инфекционных отделений.	Постоянно	Главные врачи, зав. филиалами УЗ
5.	Обеспечить оказание в полном объеме медицинской помощи пациентам с ОРИ, гриппом, пневмониями и проведение полного комплекса противоэпидемических мероприятий в эпидемический сезон.	постоянно	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров
6.	Обеспечить эффективную работу вентиляционных систем, регулярное проветривание, обеззараживание воздушной среды, проведение влажной уборки помещений с использованием средств дезинфекции, разрешенных в установленном законодательством Республики Беларусь порядке к применению Министерством здравоохранения Республики Беларусь.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров
7.	Обеспечить наличие у медицинских работников средств индивидуальной защиты органов дыхания и лекарственными средствами для профилактики ОРИ. При проведении любых процедур, связанных с высоким риском выброса аэрозолей (бронхоскопия, процедуры, связанные с аспирацией дыхательных путей) медицинскими работниками должны использоваться противоаэрозольные респираторы (например, N95, FFP2 или их эквивалент), средства защиты глаз, халаты и перчатки.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров
8.	Обеспечить проведение ежедневного учета и анализа заболеваемости ОРИ, ГПЗ, ТОРИ и пневмониями.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, УЗ «МОДБ», УЗ «МГБСМП», УЗ «МИБ»
9.	Обеспечить лабораторное исследование биологического материала, взятого в первую очередь у пациентов с тяжелыми формами заболевания, атипичным течением заболевания.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
10.	Обеспечить поэтапное перепрофилирование организаций здравоохранения для оказания медицинской помощи пациентам в зависимости от интенсивности развития эпидемического подъема заболеваемости ОРИ.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
11.	Обеспечить в установленном порядке изоляцию выявленных в соматических отделениях пациентов с ОРИ в выделенные для этого палаты, а также выполнение следующих требований: -соблюдение пациентами и медицинскими работниками правил личной гигиены, в том числе гигиены рук (мытьё водой с мылом или использование средств дезинфекции для рук); -обязательное наличие у пациентов хирургических масок при нахождении вне палат;	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров

	<p>-проведение чистки и дезинфекции в порядке, установленном законодательством Республики Беларусь, посуды пациентов, оборудования и инвентаря организаций здравоохранения;</p> <p>-использование медицинскими работниками стандартных мер предосторожности, а также мер, обеспечивающих снижение риска передачи инфекционных агентов при проведении всех действий по оказанию медицинской помощи пациенту, в течение 7 дней после начала заболевания или до тех пор, пока не разрешатся симптомы заболевания;</p> <p>-наличие у медицинских работников, обеспечивающих медицинский уход или собирающих клинические образцы от подозрительных или подтвержденных случаев заболевания, одноразовых нестерильных перчаток, халатов и средств защиты для глаз (защитные очки) с целью предотвращения контакта инфекционного агента со слизистой оболочкой глаза;</p> <p>-применение медицинскими работниками респираторов в случае выполнения действий по оказанию медицинской помощи пациентам с подозрением на заболевание гриппом, вызванного вирусом с пандемическим потенциалом, при которых возникает аэрозоль (например, сбор клинических образцов, эндотрахеальная интубация, обработка распылителя, бронхоскопия и действия по реанимации, при которых используется экстренная интубация или сердечно-легочная реанимация);</p> <p>-использование медицинскими работниками, обеспечивающими непосредственное оказание медицинской помощи пациентам, с подозрительным или подтвержденным случаем заболевания гриппом, вызванного вирусом с пандемическим потенциалом, респираторов при входе в палату к таким пациентам.</p>		
12.	Обеспечить ограничение посещения пациентов родственниками при оказании им медицинской помощи в стационарных условиях.	В период эпидемии	Главные врачи стационаров
13.	Обеспечить преимущественное оказание медицинской помощи пациентам с симптомами ОРИ на дому.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
14.	Организовать плановые осмотры на дому беременных и детей первого года жизни.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
15.	Создать в амбулаторно-поликлинических организациях отделений для приема пациентов с симптомами ОРИ, максимальное ограничение проведения в поликлиниках приема здоровых лиц и профилактических медицинских осмотров.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ
16.	Обеспечить привлечение для работы с пациентами, имеющими ОРИ, врачей других специальностей, аспирантов, клинических ординаторов, врачей-интернов, а также, обеспечивающих получение медицинского образования и (или) повышение квалификации и переподготовку медицинских работников.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, стационаров
17.	В случае возникновения очага ОРИ в организованных коллективах своевременно информировать УЗ «МЗЦГЭ» (в течение 24 часов со дня установления вспышки) и обеспечить вирусологическое обследование не менее 5 человек с доставкой биоматериала для исследования методом ПЦР в лабораторию диагностики УЗ «Могилевский облЦГЭиОЗ».	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, руководители закрытых учреждений

18.	Обеспечить поддержание необходимого количества лекарственных средств и изделий медицинского назначения для лечения ОРИ.	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав.филиалами УЗ
19.	Обеспечить поддержание расширенного ассортимента противогриппозных лекарственных средств.	В период эпидемии	Генеральный директор ТП РУП «Фармация»
20.	Обеспечить размещение информации о наличии противогриппозных лекарственных средствах в аптеках.	В период эпидемии	Генеральный директор ТП РУП «Фармация»
21.	Обеспечить увеличение часов работы аптек с учетом режима работы амбулаторно-поликлинических организаций, а также круглосуточную продажу лекарственных средств в аптеках во всех районах города.	В период эпидемии	Генеральный директор ТП РУП «Фармация»
22.	Обеспечить закрытие школ на карантин сроком на 7 дней, в связи с отсутствием по причине заболевания гриппом и ОРЗ 30% учащихся и персонала, и принятие решения в случае необходимости о досрочном роспуске школьников на каникулы или их продление.	В период эпидемии	начальники (управлений) отделов образования, директора школ, главный врач УЗ «МЗЦГЭ»
23.	При регистрации очага 3-5 и более случаев ОРВИ и гриппа в классе (группе, спальне) проводить карантинные мероприятия в течение 14 дней после выявления последнего случая.	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
24.	Обеспечить отстранение от работы лиц из числа работников, которые непосредственно обслуживают детей, при появлении признаков ОРИ.	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
25.	Обеспечить запрещение перевода из группы в группу и приема вновь поступающих детей в учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования, и в учреждениях образования с круглосуточным пребыванием детей.	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
26.	Обеспечить своевременное выявление комендантами студенческих общежитий студентов с признаками ОРИ и незамедлительная передача информации об этом в амбулаторно-поликлинические организации с целью оказания таким лицам медицинской помощи.	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
27.	Организовать неспецифическую профилактику гриппа сотрудников, в первую очередь, не привитых.	В период эпидемии	Руководители учреждений, организаций
28.	Ограничить проведение спортивных, культурно-массовых, иных зрелищных мероприятий (посещения детьми выставок, музеев и т.п.)	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
29.	Обеспечить наличие в общедоступных местах (на информационных стендах, табло и (или) иным способом) наглядной агитации по профилактике ОРИ.	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, других учебных заведений
30.	Обеспечить проведения влажной уборки пассажирского транспорта с применением средств дезинфекции, разрешенных в установленном законодательством Республики Беларусь порядке к применению Министерством здравоохранения Республики Беларусь.	В период эпидемии	Руководители предприятий, учреждений, организаций
31.	Обеспечить недопущение выхода на линию транспорта с неисправной отопительной системой.	В период эпидемии	Руководители предприятий, учреждений, организаций
32.	Обеспечить проведение проветривания помещений, в установленном порядке влажной уборки, в т.ч. санитарно-бытовых помещений, с применением средств дезинфекции, разрешенных в	В период эпидемии	Руководители ДДУ, школ, предприятий, учреждений, организаций

	установленном законодательством Республики Беларусь порядке к применению Министерством здравоохранения Республики Беларусь.		организаций
33.	Обеспечить лиц, работающих на открытом воздухе, помещениями для обогрева и приема пищи.	В период эпидемии	Руководители предприятий, учреждений, организаций
34.	Обеспечить соблюдение санитарно-гигиенических требований к микроклимату производственных помещений.	В период эпидемии	Руководители предприятий, учреждений, организаций
35.	Обеспечить проведение влажной уборки, дезинфекции столовой посуды в конце рабочего дня в соответствии нормативными и техническими нормативными правовыми актами Министерства здравоохранения Республики Беларусь	В период эпидемии	Руководители предприятий, организаций, в т. ч. торговли и общественного питания
36.	Активизировать все виды информационно-профилактической работы: -обеспечение наглядной информацией (санитарные бюллетени, плакаты, памятки и др.) - проведение радиобесед - выступление в средствах СМИ	В период эпидемии	Главные врачи УЗ, зав. филиалами УЗ, руководители предприятий, учреждений, организаций

УЗ – учреждения здравоохранения

УЗ «МЗЦГЭ» – «Могилевский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

УЗ «МОСПК»- «Могилевская областная станция переливания крови»

УЗ «МЦП» – «Могилевская центральная поликлиника»

УЗ «МИБ» – «Могилевская инфекционная больница»

УЗ «МГБСМП» - «Могилевская городская больница скорой медицинской помощи»

Главный государственный санитарный врач г. Могилёва и Могилёвского района



В.К. Шуляк