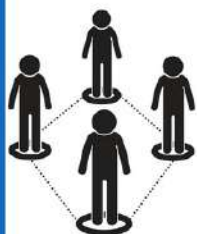


ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА?



ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- Один заболевший может заразить до 40 здоровых людей.
- Максимальная вероятность заболевания в семье, коллективе.



ГРИПП ОПАСЕН ОСЛОЖНЕНИЯМИ:

- Воспалением легких (пневмонией);
- воспалением бронхов (бронхитом);
- воспалением сердечной мышцы (миокардитом);
- воспалением среднего уха (отитом).



В ГРУППЕ ОСОБОГО РИСКА – ЛИЦА С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

- Сердечно - сосудистой системы;
- органов дыхания;
- эндокринной системы.

У них грипп вызывает ухудшение состояния, провоцирует возникновение инсульта или инфаркта.



У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ МИНИМАЛЬНА

В случае заражения болезнь будет протекать в легкой форме и без осложнений.

Правильный выбор – прививка против гриппа!

ГРИПП: СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

СИМПТОМЫ ГРИППА



ЧТО ДЕЛАТЬ?

САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО!

Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение

ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 38 – 39 °С

вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи!

КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ ГРИПП НА НОГАХ!

Это может привести к тяжелейшим осложнениям

ЧЕЛОВЕК, ЗАБОЛЕВШИЙ ГРИППОМ, ДОЛЖЕН:



* Рекомендуется горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, щелочные минеральные воды

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА?

Наиболее эффективное средство от гриппа – прививка*

- Есть как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.) и блюд с добавлением чеснока и лука
- Регулярно проветривать и увлажнять воздух в помещении, в котором находитесь
- Тщательно мыть руки с мылом
- Промывать полость носа
- Пользоваться маской в местах скопления людей
- Регулярно делать влажную уборку в помещении
- Реже бывать в местах скопления людей и общественном транспорте
- Вести здоровый образ жизни, высыпаться, сбалансировано питаться и заниматься физкультурой
- Избегать тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (чихают, кашляют)
- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе – начать прием противовирусных препаратов с профилактической целью (с учетом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата)

* Вакцинация показана детям начиная с 6-ти месяцев, людям преклонного возраста, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания, транспорта. Прививку лучше делать в октябре-ноябре – за 3-4 недели до эпидемии

На основе рекомендаций специалистов Роспотребнадзора



ПРИВИВОЧНАЯ КАМПАНИЯ

в 2019 году

4 СЕПТЯБРЯ 2019 г.

СТАРТУЕТ ВСЕРОССИЙСКАЯ ПРИВИВОЧНАЯ КАМПАНИЯ ПРОТИВ ГРИППА

СРОКИ ВАКЦИНАЦИИ

с 4 сентября до 1 декабря

конец декабря
или, по возможности,
групповым



< 75%

Охват прививками против гриппа в группах риска должен быть не менее 75%



< 25%

Охват прививками против гриппа населения в целом по стране и по субъектам Российской Федерации в отдельности - не менее 25%

Используются вакцины отечественного производства

- Гриппол Плюс
- Гриппол
- Совагрипп
- Ультрикс Квадри



ГРУППЫ РИСКА



Лица старше 60 лет, прежде всего проживающие в учреждениях социального обеспечения



Лица, страдающие заболеваниями эндокринной системы (диабет), нарушениями обмена веществ (ожирение), болезнями системы кровообращения (гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца), хроническими заболеваниями дыхательной системы (хронический бронхит, бронхиальная астма), хроническими заболеваниями печени и почек.



Беременные женщины



Лица, часто болеющие острыми респираторными вирусными инфекциями



Дети старше 6 месяцев, дети, посещающие дошкольные образовательные организации и (или) начальные классы организаций с постоянным пребыванием (детские дома, дома ребенка)



Школьники



Медицинские работники



Работники сферы обслуживания, транспорта, учебных заведений



Военские контингенты

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- 1 АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ РЕАКЦИЯ НА БЕЛОК КУРИНОГО ЯЙЦА
- 1 ОСТРЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ И НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ
- 1 ОБОСТРЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

ВАКЦИНАЦИЯ

ГДЕ СДЕЛАТЬ:

Взрослым: в поликлинике по месту жительства обратиться к терапевту

Детям: в поликлинике по месту жительства обратиться к педиатру

ПЕРЕД ВАКЦИНАЦИЕЙ ВРАЧ:

1. Проводит осмотр
2. Измеряет температуру тела
3. Определяет общее состояние



2 недели после прививки вырабатывается иммунитет
до 12 месяцев после прививки сохраняется иммунитет
до конца ноября рекомендуется привиться



Отличия гриппа от ОРВИ



Самочувствие



ГРИПП

Ухудшается внезапно

ОРВИ

Ухудшается быстро



Симптомы интоксикации



ГРИПП

Ярко выражены головная боль, озноб, боль при движении глаз, светобоязнь, ощущение "ломкости" в суставах и мышцах.

ОРВИ

Выражены умеренно, проявляется повышенной утомляемостью.



Головная боль



ГРИПП

Интенсивная, без применения болеутоляющих не проходит.

ОРВИ

Умеренная головная боль.



Чихание



ГРИПП

Отсутствует.

ОРВИ

Присутствует. Особенно выражено в первые дни заболевания.



Налет на языке и миндалинах



ГРИПП

Отсутствует.

ОРВИ

Может присутствовать белый или желтоватый налет.



Покраснение глаз



ГРИПП

Возникает с первых часов заболевания.

ОРВИ

Может возникнуть только в следствие присоединения бактериальной инфекции спустя несколько суток.



Бессонница



ГРИПП

Может проявляться на протяжении всей болезни.

ОРВИ

Возможна в первые сутки.



Осложнения



ГРИПП

Возникают часто.

ОРВИ

Возникают только у ослабленных лиц.



Профилактика гриппа



Симптомы:



Кто в группе риска?

В течение сезонного подъема заболеваемости гриппом наиболее тяжело болезнь протекает у следующих групп:



Дети до 2 лет (особенно до 6 месяцев).



Пожилые люди (старше 65).



Люди, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями, астмой, диабетом.



Люди с ослабленным иммунитетом, больные раком, ВИЧ-инфекцией.

Гриппом может заболеть любой человек, несмотря на возраст, пол, условия жизни и состояние здоровья.

Мойте руки!



Смочите руки в теплой воде.



Возьмите мыло.



В течение 20 секунд тщательно вымывайте руки.



Смойте остатки мыла.



Воспользуйтесь полотенцем.

Ваш персональный план профилактики:



Прививайтесь.



Мойте руки.



Правильно кашляйте.



Занимайтесь физкультурой.



Хорошо высыпайтесь.



Пользуйтесь антисептиком.



Не ходите на работу.



Регулярно проводите влажную уборку.



Употребляйте больше витаминов и соблюдайте профилактику.