

Как уберечься от гриппа?

Грипп проходит за несколько дней, однако он опасен обострениями хронических заболеваний и осложнениями.

Пути передачи:

- воздушно-капельный;
- контактно-бытовой.

Как уберечься:

- 1 мойте руки с мылом;
- 2 во время эпидемии пользуйтесь маской в местах скопления людей;
- 3 избегайте контактов с людьми с признаками болезни;
- 4 ешьте больше продуктов, содержащих витамин С;
- 5 ешьте больше блюд с луком и чесноком;
- 6 используйте средства, повышающие иммунитет, по рекомендации врача.



Симптомы:

- температура 37,5–39 °С;
- головная боль;
- насморк или заложенный нос;
- слабость и усталость;
- боль и першение в горле, кашель;
- боль в мышцах и суставах.

При появлении симптомов заболевания необходимо обратиться к врачу.

Вакцинация — самое эффективное средство против гриппа.

За 2–3 недели

до начала эпидемии гриппа необходимо сделать прививку.

СРОКИ ВАКЦИНАЦИИ С 4 СЕНТЯБРЯ ДО НОЯБРЯ



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

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
- Совигрипп



ПРИВИВОЧНАЯ КАМПАНИЯ
в 2019 году

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- Аллергическая реакция на яичный белок
- Острые инфекционные и неинфекционные заболевания
- Обострение хронических заболеваний

ВАКЦИНАЦИЯ

ГДЕ СДЕЛАТЬ:

Взрослым: в поликлинике по месту жительства обратиться к терапевту

Детям: в поликлинике по месту жительства отвести ребенка к педиатру



ПЕРЕД ВАКЦИНАЦИЕЙ ВРАЧ:

- ✓ Проводит обследование
- ✓ Измеряет температуру тела
- ✓ Определяет общее состояние

2 недели после прививки вырабатывается иммунитет
От 6 до 9 месяцев после прививки сохраняется иммунитет
До конца октября – середины ноября рекомендуется привиться

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



Школьники



Дети старше 6 месяцев, дети, посещающие дошкольные образовательные организации и (или) находящиеся в организациях с постоянным пребыванием (детские дома, дома ребенка)



Беременные женщины (только инактивированными вакцинами)



Воинские контингенты

Медицинские работники

Лица, часто болеющие острыми респираторными вирусными заболеваниями



Работники сферы обслуживания, транспорта, учебных заведений

