

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА?

ЛУЧШИЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА — ВАКЦИНАЦИЯ!

1 В процессе вакцинации в организм вводятся частички разрушенного или ослабленного вируса, не способного размножаться и вызывать заболевание.

2 Прививка стимулирует в организме выработку защитных антител.

3 Если в организм попадет вирус гриппа, антитела нейтрализуют его. Соответственно, человек не заболел или перенесет болезнь в легкой форме.

КОМУ НЕОБХОДИМА ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА?

РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВСЕМ, НО ОСОБЕННО:

группам с высоким риском развития неблагоприятных последствий гриппа:

- детям первых двух лет жизни;
- пожилым людям;
- людям, страдающим хроническими заболеваниями.

группам с высоким риском заражения гриппом:

- медицинскому персоналу;
- работникам образования, культуры и сферы бытового обслуживания;
- школьникам, студентам и т. д.

ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМА ЕЖЕГОДНАЯ ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА

Вирусы гриппа обладают высокой изменчивостью. Поэтому иммунитет, сформировавшийся в прошлом году, может оказаться неактуальным в текущем году.

КАК УЗНАЮТ, КАКОЙ ВИРУС ГРИППА БУДЕТ В ЭТОМ ГОДУ?

Всемирная сеть контроля за циркуляцией вирусов гриппа прогнозирует, какой тип вируса гриппа будет актуален в следующем эпидемиологическом сезоне, и дает рекомендации по производству вакцин.

МОЖЕТ ЛИ ВАКЦИНА ВЫЗВАТЬ ГРИПП?

Современные вакцины («Гриппол», «Совигрипп» и др.) не содержат вирусов гриппа. Основу вакцины составляют разрушенные частички вируса в комплексе с веществом, усиливающим иммунный ответ организма. Эти фрагменты вируса не способны к размножению, а лишь содержат антигены, необходимые для выработки специфических антител против конкретного вируса гриппа. Поэтому заразиться гриппом посредством таких прививок невозможно.

КАК МОЖНО ПОВЫСИТЬ ЗАЩИТНЫЕ СИЛЫ ОРГАНИЗМА?

ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



правильное питание



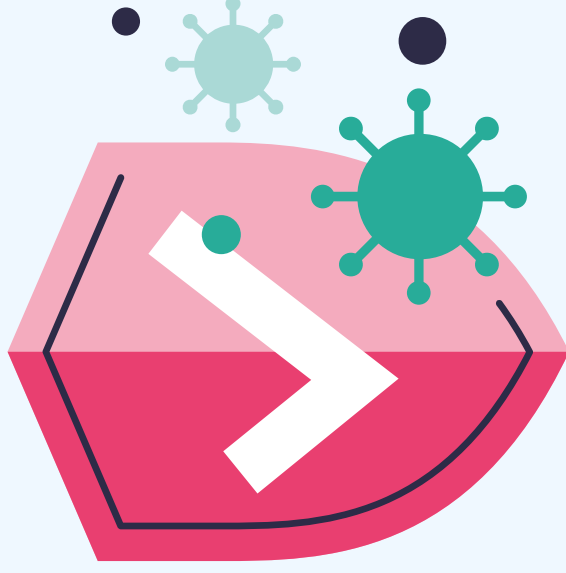
активный образ жизни



полноценный сон



позитивный настрой



ВАКЦИНАЦИЯ — ЛУЧШИЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА

ДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ
ДО НАЧАЛА ЭПИДЕМИИ!
ИММУНИТЕТ ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ
ЧЕРЕЗ 3-4 НЕДЕЛИ ПОСЛЕ
ПРИВИВКИ.

СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ —
ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ, СВОИХ КОЛЛЕГ
И БЛИЗКИХ!

ЧТО ТАКОЕ ГРИПП?

Грипп — это острое вирусное заболевание, поражающее дыхательную, нервную, сердечно-сосудистую и другие системы организма.

ЧЕМ ОПАСЕН ГРИПП?

- ведет к осложнениям;
- способствует обострению и/или декомпенсации хронических заболеваний;
- может вызвать летальный исход.

ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ ГРИППЕ

ЛАРИНГОТРАХИТ
огрубение голоса, приступ удушья

**ГАЙМОРИТ
СИНУСИТ**
сильная заложенность носа, гнойные выделения из носа, головная боль

**БРОНХИТ
ПНЕВМОНИЯ**
сильный кашель, хрипы при дыхании

ПИЕЛОНЕФРИТ
боль в области поясницы

**ИНФЕКЦИОННОЕ
ПОРАЖЕНИЕ ЦНС**
судороги

АНГИНА
боль в горле при глотании

МИОКАРДИТ
боль в области сердца

**ОТИТ
ЕВСТАХИИТ**
боль в ушах, снижение слуха

МИОЗИТ
боль в мышцах ног

ЧЕЛОВЕК, ЗАБОЛЕВШИЙ ГРИППОМ, ДОЛЖЕН

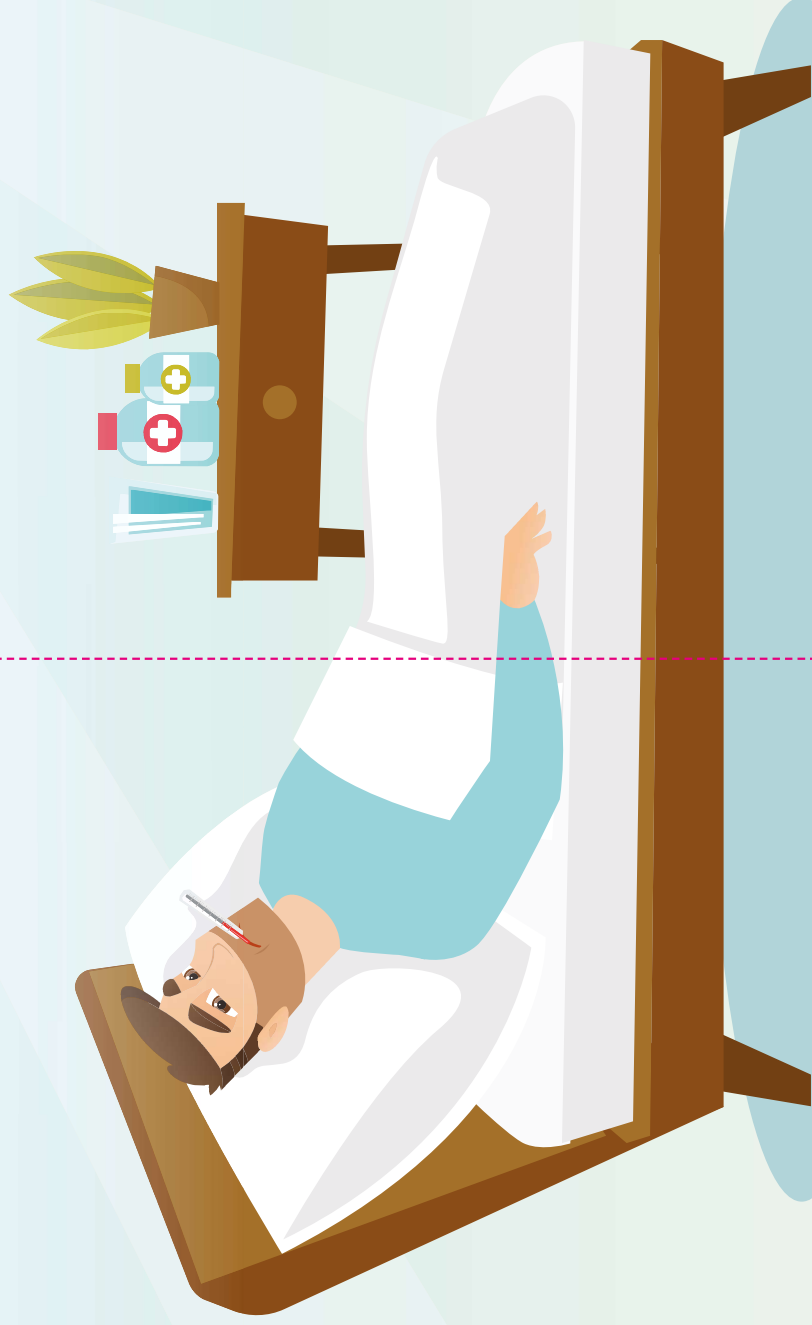
остаться дома и соблюдать постельный режим

выполнять все рекомендации лечащего врача

при кашле и чихании прикрывать рот и нос платком

своевременно принимать лекарства

пить как можно больше жидкости



СОВЕТЫ УХАЖИВАЮЩИМ ЗА БОЛЬНЫМ ГРИППОМ

изолировать больного от остальных домочадцев (по возможности в отдельную комнату)

при уходе за больным гриппом использовать медицинскую маску (марлевую повязку)

обеспечить больного индивидуальными полотенцами и посудой

регулярно проводить уборку помещения и контактных поверхностей с применением дезинфицирующих средств

регулярно проветривать помещение, где находится больной