

А ВЫ ГОТОВЫ К НАСТУПЛЕНИЮ 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 и инфаркта

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И ОКРУЖАЮЩИХ:

- *при чихании и кашле прикрывать нос и рот
- *регулярно мойте руки с мылом;
- *если у вас имеются симптомы гриппа, держитесь на расстоянии не менее 1 метра

от окружающих;

- *старайтесь не трогать глаза, нос или рот немытыми руками;
- *избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий;
- *при появлении симптомов гриппа немедленно обращайтесь за медицинской помощью;

- *если у вас имеются симптомы гриппа, соблюдайте домашний режим: не ходите на работу, в школу и в места скопления людей

Профилактика гриппа.

Прививка – доступная защита от гриппа. Для предупреждения гриппа достаточно одной прививки, которую надо проводить до начала подъема заболеваемости, чтобы организм успел сформировать прочный иммунитет, защищающий от вируса гриппа.

В целях профилактики проводится массовая вакцинация населения. Защитный эффект вакцинации наступает через 3 недели после сделанной прививки и сохраняется до 10-12 месяцев, поэтому прививки необходимо проводить ежегодно.

Вакцинация показана всем группам населения, особенно контингентам риска:

- неорганизованным детям с 6-ти месяцев, посещающим детские сады, учащимся 1-11 классов;
- обучающимся в ВУЗах и профессиональных образовательных организациях;
- взрослым, работающим по отдельным профессиям и должностям (работникам медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы);
- беременным женщинам;
- взрослым старше 60-ти лет;
- лицам с хроническими заболеваниями в т.ч. с заболеваниями легких, сердечно - сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.

У привитого человека вероятность заболеть гриппом минимальна.