

Что нужно знать о гриппе?

Грипп – это высоко контагиозная вирусная инфекция, распространённая повсеместно.

Характерные клинические проявления гриппа: внезапное острое начало заболевания, сопровождающееся резким повышением температуры тела (выше 38-40°C), ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем.

Чем опасен грипп?

Грипп крайне опасен своими осложнениями:

- Легочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.
- Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР органов (отит, синусит, ринит, трахеит).

Как защитить себя от гриппа?

Основной мерой специфической профилактики гриппа является вакцинация.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана контингентам из групп риска: детям начиная с 6 месяцев, людям преклонного возраста, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания, транспорта. Вакцинация проводится не позднее, чем за 2-3 недели до начала эпидемического подъема заболеваемости.

Поэтому, в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики, а также:

- Избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания;
- Сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- Носить медицинскую маску (марлевую повязку);
- Регулярно после посещения мест общественного пользования мыть руки с мылом или протирать их специальным средством для обработки рук, промывать нос тёплой водой;
- Осуществлять влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении;
- Вести здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность).

Что делать, если Вы заболели гриппом?

Следует остаться дома и немедленно обратиться к врачу.

Самолечение при гриппе недопустимо. Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее Вашему состоянию и возрасту. Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим во время болезни, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА Вам поможет ПРИВИВКА

● ГРИПП - МАССОВАЯ И ГРОЗНАЯ ИНФЕКЦИЯ, НЕ ЩАДЯЩАЯ НИ ВЗРОСЛЫХ, НИ ДЕТЕЙ.

● ГРИПП КОВАРЕН. НЕСМОТРЯ НА УСПЕХИ МЕДИЦИНЫ И УСИЛИЯ ВРАЧЕЙ, ОТ ГРИППА И ЕГО ОСЛОЖНЕНИЙ ЕЖЕГОДНО В МИРЕ ПОГИБАЮТ ЛЮДИ, В ТОМ ЧИСЛЕ И В НАШЕЙ РЕСПУБЛИКЕ.



! *Особенно опасна эта инфекция для детей, пожилых людей и тех, кто страдает хроническими заболеваниями (болезнями сосудов и сердца, бронхиальной астмой, сахарным диабетом и т. д.), у которых грипп протекает тяжелее и существует больший риск развития осложнений. Поэтому в первую очередь*

● ПРИВИВКИ НУЖНЫ ИМЕННО ЭТОЙ КАТЕГОРИИ ЛЮДЕЙ.



● ПО ДАННЫМ ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, ПРИВИВКА ДАЕТ ХОРОШУЮ ЗАЩИТУ ОТ ЭПИДЕМИЧЕСКИ ЗНАЧИМЫХ ПОДТИПОВ ВИРУСА ГРИППА.

● МАССОВАЯ ИММУНОПРОФИЛАКТИКА СУЩЕСТВЕННО СНИЖАЕТ ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ГРИППОМ.

Внимание! Прививке обязательно должен предшествовать врачебный осмотр. Только врач определяет, нет ли у вас противопоказаний к иммунизации, и направляет на прививку.

НА ФОРМИРОВАНИЕ ИММУНИТЕТА ПРОТИВ ГРИППА УХОДИТ ОТ 2 ДО 4 НЕДЕЛЬ, ПОЭТОМУ ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ – ОКТЯБРЬ. НОЯБРЬ.

Привиться можно в поликлинике по месту жительства.