

Защитите себя от ГРИППА

ГРИПП – острое инфекционное заболевание, которое вызывает общую интоксикацию и поражение верхних дыхательных путей.

Серьезность заболевания состоит в том, что нередко после гриппозной инфекции развиваются такие тяжелые осложнения как пневмония, энцефалит (поражение мозга), миокардит (поражение мышцы сердца).

В настоящее время выявлены сезонные вирусы: парагрипп, аденовирусы, РС – вирусы и вирус гриппа А(Н1N1).

ИСТОЧНИКОМ ИНФЕКЦИИ является больной человек, который наиболее заразен в первые дни болезни. Вирусы от больного передаются воздушно-капельным путем (при разговоре, кашле, чихании). Вирус может распространяться на расстояние до 3 метров. Именно поэтому очень важно ношение маски в период вспышки гриппа для предотвращения распространения заболевания.

Кто болеет чаще?

- дети в возрасте до 3-х лет,
- люди, имеющие хронические заболевания внутренних органов или сахарный диабет,
- лица старше 60 лет,
- беременные женщины,
- лица, чья профессиональная деятельность связана с контактами с большим количеством людей (торговые работники, медицинские работники, педагоги, работники транспорта).

Как уберечься от заболевания гриппом?

- оградить себя от контакта с больными гриппом,
- не посещать места с большим скоплением людей (кинотеатры, кафе и др.),
- как можно чаще проветривать помещение,
- чаще мыть руки с мылом, промывать носовые ходы с хозяйственным мылом,
- принимать витамин «С», пить отвар шиповника,
- ежедневно по 10-15 мин вдыхать пары свежих срезов лука или чеснока,

- целесообразно также чаще есть лук и чеснок,
- при уходе за больным или при нахождении в местах с большим скоплением людей носить маску,
- **самым эффективным** способом профилактики гриппа является **вакцино-профилактика**. После прививки защитный эффект начинает действовать уже через 8-12 дней и сохраняется до 12 месяцев,
- в период эпидемии гриппа следует принимать противовирусные средства в профилактической дозе (по назначению врача): Арбидол, Тамифлю, Виферон, Кагоцел, Циклоферон.

Кому следует в первую очередь поставить прививку против гриппа?

- детям, посещающим детские дошкольные учреждения,
- школьникам, студентам,
- педагогам, медицинским работникам, работникам сферы обслуживания, транспорта, милиции.

Где можно поставить прививку против ГРИППА?

- в прививочных кабинетах поликлиник,
- в медицинских пунктах школ и ВУЗов, колледжей, детских садов.

БЕСПЛАТНО прививаются: дети, студенты, преподаватели школ, лица старше 60 лет и имеющие хронические заболевания
На платной основе – прививка ставится всем обратившимся в поликлиники после осмотра врачом.

ВАКЦИНА «МОНОГРИППОЛ» – вводится бесплатно всем обратившимся.

Очень важно привиться сейчас!

Вакцина является высокоочищенным препаратом, хорошо переносится.
Кормление грудью не является противопоказанием для прививки.

Проводимая вакцинация не только надежно защищает именно от данного вида гриппа, но формирует общую систему защиты против сезонных эпидемий гриппа.

Неразумно отказываться от вакцинирования, помните о возможных тяжелых осложнениях.

БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ – БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!!!