ВНИМАНИЕ: ГРИПП!



Грипп и острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) – самые распространенные в мире инфекционные заболевания. Но если большинство ОРВИ протекают относительно легко, то грипп зачастую дает тяжелую клиническую картину. На его фоне могут развиться крайне опасные осложнения, которые могут привести к инвалидизации или гибели пациента.Ежегодно грипп поражает несколько миллионов жителей земного шара, унося сотни жизней и причиняя значительный экономический и социальный ущерб.

Источник инфекции – больной человек, вирусоноситель. Даже кратковременный контакт с больным человеком может привести к заражению.

Основной путь передачи инфекции – воздушно-капельный. Для гриппа и ОРВИ характерна осенне-зимняя сезонность.

Восприимчивость – высокая (особенно у не привитых), у лиц из так называемой группы риска:

- лица старше 60 лет
- лица, страдающие хроническими соматическими заболеваниями
- часто болеющие острыми респираторными вирусными заболеваниями
- дети дошкольного возраста
- школьники
- медицинские работники
- работники сферы обслуживания
- работники транспорта
- работники учебных заведений
- воинские контингенты.

Как защитить себя от вируса гриппа?

Наиболее эффективным профилактическим мероприятием является вакцинопрофилактика, проведение прививок рекомендовано ежегодно в предсезонный период активизации распространения вирусов гриппа (в осенний период, с сентября). Для иммунизации достаточно одной прививки, введение вакцины против гриппа позволяет подготовить организм к встрече с вирусом и снизить риск заболеваемости и возникновения осложнений после перенесенной гриппозной инфекции.

Обязательной вакцинации подлежат дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы, сферы обслуживания); беременные женщины; взрослые старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.

Прививку можно поставить в медицинской организации по месту прикрепления.

Кому нельзя прививаться?!

Если у человека острая вирусная инфекция (чихание, кашель, температура. Временно воздерживаются от вакцины при обострении хронических заболеваний. В том и другом случаях пациентов прививают через 2-4 недели после выздоровления или наступления ремиссии (стойкого улучшения хронического заболевания). Прививку не делают также тем, у кого наблюдалась аллергическая реакция на белок куриного яйца, а также в том случае, если на предыдущую вакцину от гриппа была аллергическая или иная реакция.



Наряду с вакцинопрофилактикой гриппа, для профилактики заболеваемости, специалисты рекомендуют:

✓избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, обнаруживают явления жара (температуры) и кашель;
✓тщательно и часто мойте руки водой с мылом;
✓придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность;
✓принимайте витамины, адаптогены растительного происхождения (при отсутствии противопоказаний);
✓для работающих в сфере обслуживания (имеющим контакт с большим количеством людей) необходимо приобрести средства индивидуальной защиты (маски), которые следует носить указанному контингенту в условиях начавшейся эпидемии гриппа.
✓ВАЖНО!
При появлении признаков гриппа или ОРВИ необходимо обращаться за квалифицированной медицинской помощью.
Нельзя заниматься самолечением.

ПОМНИТЕ!

Профилактика оказывает благоприятное влияние на тяжесть клинического течения заболевания: привитые (если заболевают) переносят инфекцию в легкой форме, без осложнений. Среди не привитых регистрируются более тяжелые формы заболевания, с развитием осложнений.

Управление Роспотребнадзора по Хабаровскому краю
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Хабаровском крае»