

ПРОФИЛАКТИКА ОРВИ И ГРИППА

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ/ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ
ПОДГОТОВИЛ ВРАЧ ПО ГИГИЕНЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В.А. БЕКЕТОВ

ЧТО ТАКОЕ ОРВИ?

Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) – группа инфекционных заболеваний, вызываемых различными вирусами, передающихся воздушно-капельным путём через отделяемое носо-, ротоглотки (при чихании, кашле). Путь передачи контактно-бытовой (через предметы обихода, загрязнённые отделяемым больного человека).

ЧТО ТАКОЕ ГРИПП?

Грипп – острое вирусное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Входит в группу ОРВИ. Мутирует (приобретает новые свойства) постоянно. Наиболее часто встречаются вирусы типов А и Б. Существует, также, множество штаммов (например H1N1 «свиной грипп» H5N1 «птичий грипп» и т.д.). У каждого штамма свои особенности, например тип А H1N1 обладает высокими темпами распространения и высокой заразностью. Так, в 2009 году случилась пандемия (по всей планете) гриппа, которая длилась не сезон, как обычно, а круглый год, унесшая жизни более 500 тысяч человек.

ЧЕМ ОПАСЕН ГРИПП?

Сама по себе болезнь для обычного человека с неплохим иммунитетом не опасна (кроме детей до 2-х лет и пожилых людей после 65 лет), опасность представляют осложнения гриппа и их много. Наиболее распространены бактериальная пневмония, абсцесс (гнойное воспаление и разложение тканей) лёгкого, миокардит (воспаление сердечной мышцы), после которого может развиваться острая сердечная недостаточность. Итогом осложнений может стать летальный исход!

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ОРВИ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФЕКЦИЙ:

- 1. Самый простой, эффективный и доступный метод профилактики любой болезни – ВАКЦИНАЦИЯ! Сегодня, например, намного реже встречаются такие опасные болезни, как корь, коклюш, дифтерия, полиомиелит, а эпидемии гриппа не «выкашивают» по 20% населения стран благодаря, именно, вакцинации (прим. пандемия гриппа «Испанка» - 1918 год, за 18 месяцев умерло 100 млн. человек);**

2. Поддержание иммунитета в «боевой готовности». Сделать это не сложно, достаточно правильно питаться, поддерживать оптимальный режим дня, вести здоровый образ жизни БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, принимать витамины. Для нашего региона ОБЯЗАТЕЛЬНО включить в рацион рыбий жир (омега-3 и рыбий жир продаётся в любой аптеке, КАЧЕСТВО ОТ ЦЕНЫ НЕ ЗАВИСИТ);

3. ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ, так как ОРВИ передаются от человека к человеку, в том числе и через грязные руки;

4. Соблюдение правил СОЦИАЛЬНОЙ гигиены в периоды подъёма инфекционной заболеваемости: сюда входит культура поведения в обществе (обязательно прикрывайтесь платком при чихании и кашле), использование медицинских масок или марлевых повязок. Если вы заподозрили у вашего ребёнка заболевание (по симптомам: недомогание, головные боли, боли в горле, повышенная температура тела, кашель, насморк, боль в мышцах) НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ОТПРАВЛЯЙТЕ ЕГО В ШКОЛУ!!! В противном случае, позже, школа просто закроется на карантин.

5. НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!!! Все необходимые лекарства выписывает только врач! В противном случае велика вероятность получить сочетанную инфекцию (развивается несколько разных заболеваний) и осложнения;

6. Следите за тем, что одевают ваши дети перед выходом на улицу! Верхняя одежда должна соответствовать погоде. Не забывайте и сами следовать этому правилу!

7. Соблюдайте сроки вакцинаций и ревакцинаций, согласно национальному календарю профилактических прививок.

КАЛЕНДАРЬ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ПРИВИВОК

Национальный календарь
профилактических прививок РФ
Приказ Минздрава России №125н от 21.03.2014



	Дети до 18 лет													
	Месяцы										Годы			
	0	1	2	3	4,5	6	12	15	18	20	6	7	14	15-17
Туберкулез	3-7 дн.											RV		
Гепатит В	V1	V2				V3								
	V1	V2	V3				V4							
Пневмококковая инфекция			V1		V2			RV						
Коклюш														
Дифтерия			V1	V2	V3			RV1				АДС-м	АДС-м	
Столбняк												RV2	RV3	
Полиомиелит				ИПВ	ИПВ	ОПВ			ОПВ	ОПВ				ОПВ
						ИПВ			ИПВ	ИПВ				ИПВ
Гемофильная инфекция				V1	V2	V3			RV					
Корь														
Краснуха							V1				RV			
Эпидемический паротит														
Грипп														Ежегодно

■ Все лица данной возрастной группы ■ Лица из групп риска по показаниям, призывники (грипп)

■ Ранее не привитые, не болевшие, не имеющие сведений и однократно привитые (для кори и краснухи)

V1, V2, V3 – порядковый номер вакцинации, RV – ревакцинация, ИПВ – инактивированная полиомиелитная вакцина, ОПВ – оральная полиомиелитная вакцина, АДС-м – анатоксин, дифтерийно-столбнячный очищенный с уменьшенным содержанием антигенов

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Более подробная информация по вакцинопрофилактике размещена на сайте школы. По составам вакцин информацию можете получить у участковых врачей и медицинских работников школ. Проще и дешевле предотвратить болезнь, чем потом её лечить!