




# «Профилактика гриппа и ОРВИ»



**ГБУЗ РТ «Республиканский  
центр  
медицинской профилактики»**



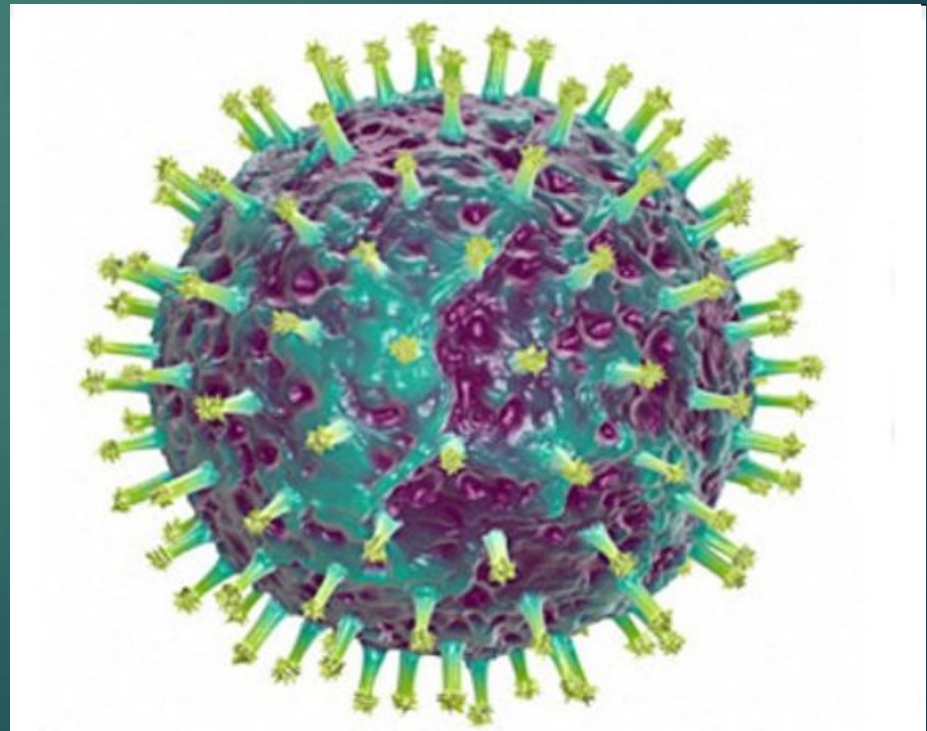


ОРВИ – группа острых воспалительных заболеваний органов дыхания, вызванных пневмотропными вирусами (грипп, парагрипп, аденовирусы, риновирусы).

**Грипп** – это острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа.

# ОРВИ

- ▶ Известно около двухсот разновидностей вирусов;
- ▶ САМЫЙ ИЗВЕСТНЫЙ - ВИРУС  
гриппа .



# Их всех объединяет ...

- ▶ **очень заразны,**
- ▶ **вызывают схожую симптоматику.**
- ▶ **не лечатся антибиотиками** (помните, антибиотики предназначены для лечения заболеваний, которые вызываются бактериями, а не вирусами!)

# Возбудители гриппа передаются...

- ▶ **воздушно-капельным путем с мельчайшими частичками слюны больного человека во время разговора, кашля или чихания.**

# Восприимчивость к гриппу

- ▶ **очень высокая, особенно у детей, беременных и пожилых людей.**



Симптомы гриппа- наиболее часто встречаются следующие признаки:

▶ **повышение температуры**



# СИМПТОМЫ

▶ **насморк**





# СИМПТОМЫ

## ▶ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



# СИМПТОМЫ



▶ **недомогани  
е**

# СИМПТОМЫ



aifudn.net->novostey.com

- ▶ першение в горле и покраснение горла



Copyright © www.semejnyj.ru

# Лечение гриппа



- ▶ симптоматическое лечение При повышении температуры ее можно сбить жаропонижающими, но необходимо помнить, что повышение температуры при простуде - это защитная реакция организма на внедрение вируса, в этот момент стимулируется выработка собственного интерферона (фактора, который противостоит инфекции). Поэтому, применять жаропонижающие рекомендуется, если температура тела выше 38,5С у детей.



# Профилактика гриппа и ОРВИ.



- **комфортный**  
температурный режим  
помещений;
- регулярное  
проветривание, влажная  
уборка помещений;
- одеваться  
по погоде



- ▶ Полезно спать при открытой форточке, но избегать сквозняков. Прикрывайте рот и нос при чихании или кашле
- ▶ Избегайте прикосновений ко своему рту и носу
- ▶ Соблюдайте «дистанцию» при общении



Избегайте тесных контактов с людьми которые могут быть больными.

Сократите время пребывания в местах скопления людей

# Профилактика



**ОСНОВНЫМ  
СРЕДСТВОМ  
ПРОФИЛАКТИКИ  
ГРИППА  
ЯВЛЯЕТСЯ  
ВАКЦИНАЦИЯ**



# Обзор противогриппозных ВАКЦИН

- ▶ **Противогриппозные вакцины делят на:**
- ▶ *Живые* (изготовленные из значительно ослабленных, но живых гриппозных вирусов): Вакцина гриппозная живая сухая («Микроген», Россия).
- ▶ *Инактивированные* (из убитых вирусов гриппа):
- ▶ *Цельновирионные* (из цельных вирионов вируса);
- ▶ *Расщепленные или плит-вакцины* (из разрушенных вирусов), содержащие все белки вирусов – внутренние и поверхностные, но нет липидов вируса и куриного белка: Бегривак (Германия), Ультрикс (Россия), Ваксигрип (Франция), Флюарикс (Бельгия);
- ▶ *субъединичные вакцины* (состоят только из 2-х, самых важных для иммунизации, поверхностных вирусных белков – нейраминидазы и гемагглютинаина): Гриппол, Инфлювак, Агриппал.

Для индивидуальной профилактики гриппа  
и ОРВИ можно использовать 0,25%

## ОКСОЛИНОВУЮ МАЗЬ.

- ▶ **смазывают слизистые оболочки  
носовых ходов несколько раз в день.  
Она снижает вероятность  
заболевания в 2 и более раз.  
Эффективность мази повышается,  
если ее наносить перед выходом из  
дома и непосредственно перед  
контактом с больным.**

## Таблетки РЕМАНТАДИН

- ▶ Для индивидуальной профилактики гриппа А, применяют ремантадин (по 1 таблетке 1 раз в день в течение 20-30 дней). Он помогает и при первичных признаках заболевания гриппом.

# ВИТАМИН С



# Чтобы не заболеть гриппом, необходимо:

- ▶ — соблюдать режим работы и отдыха, не переутомляться, больше бывать на свежем воздухе, спать достаточное время, регулярно и полноценно питаться;

