



Грипп

Что такое Грипп, ОРЗ, ОРВИ!

- Термин «острое респираторное заболевание» (ОРЗ) или «острая респираторная вирусная инфекция» (ОРВИ) охватывает большое количество заболеваний, во многом похожих друг на друга. Эти заболевания характеризуются одним и тем же набором симптомов, вызываются вирусами, проникающими в организм вместе с вдыхаемым воздухом через рот и носоглотку. Таких вирусов 130 видов (грипп, парагрипп, аденовирус, риновирус, реовирус и т.д.).
- Основные симптомы: высокая температура, кашель (обычно сухой), головная боль, мышечная боль и боль в суставах, сильное недомогание (плохое самочувствие), боль в горле и насморк.



ГРИПП!

- **Сезонный грипп — это острая респираторная инфекция, вызываемая вирусами гриппа, которые циркулируют во всем мире.** Существует 4 типа вирусов сезонного гриппа – типы А, В, С и D. Вирусы гриппа А и В циркулируют и вызывают **сезонные эпидемии** болезни. Болезнь может протекать как в легкой, так и в тяжелой форме и даже заканчиваться смертельным исходом. Случаи госпитализации и смерти происходят, в основном, в группах высокого риска. По оценкам ВОЗ, ежегодные эпидемии гриппа приводят к 3-5 миллионам случаев тяжелой болезни и к 290 000 – 650 000 случаев смерти от респираторных заболеваний.



Группы населения, подверженные повышенному риску!

Повышенному риску развития тяжелой болезни или осложнений в результате инфицирования подвергаются:

- ❑ Дети в возрасте до 59 месяцев
- ❑ Беременные женщины
- ❑ пожилые люди, люди с хроническими нарушениями здоровья (такими как хронические болезни сердца, легких и почек, нарушения метаболизма, нарушения неврологического развития, болезни печени и крови)
- ❑ Люди с ослабленным иммунитетом (в результате ВИЧ/СПИДа, химиотерапии или лечения стероидами, а также в связи со злокачественными новообразованиями).
- ❑ Работники здравоохранения подвергаются высокому риску инфицирования вирусом гриппа во время контактов с пациентами и могут способствовать дальнейшей передаче инфекции, особенно людям из групп риска.



Источник инфекции

Больной человек с конца инкубационного периода и весь лихорадочный период (пока сохраняется повышенная/высокая температура).

Инкубационный период гриппа, как правило, составляет 2 дня, но может колебаться от 1 до 4 дней.

Большую опасность для окружающих представляют больные с легкой формой заболевания. Оставаясь на ногах и продолжая вести активный образ жизни, они успевают заразить большое число людей.



Способ защиты!

Наиболее эффективным способом профилактики болезни является **вакцинация**. Организму требуется минимум две недели для выработки антител, следовательно, прививку нужно делать не позднее, чем за 2-3 недели до наступления эпидемиологического сезона. Вот уже более 60 лет имеются и используются безопасные и эффективные вакцины.



**ВОЗ рекомендует
ежегодную вакцинацию
для следующих групп
населения:**

- беременные женщины на любом сроке беременности
- дети в возрасте от 6 месяцев до 5 лет
- пожилые люди (старше 65 лет)
- люди с хроническими нарушениями здоровья
- работники здравоохранения.



Меры индивидуальной защиты!

- ❑ регулярное мытье и надлежащее высушивание рук;
- ❑ надлежащая респираторная гигиена – покрытие рта и носа при кашле и чихании салфетками с их последующим надлежащим удалением;
- ❑ своевременная самоизоляция людей, почувствовавших себя нездоровыми, с высокой температурой и другими симптомами гриппа;
- ❑ предотвращение тесных контактов с больными людьми;
- ❑ предотвращение прикасаний к глазам, носу и рту.



Сопrotивляемость организма к простудным заболеваниям повышают:

- Физическая активность
- Закаливающие процедуры
- Полноценное питание
- Соблюдение режима дня
- Отказ от употребления табака и алкогольных напитков.



Документы, регламентирующие вакцинацию против гриппа:

- ❑ Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»;
- ❑ Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1.2.3117-13 «Профилактика гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций»;
- ❑ Приказ Министерства здравоохранения РФ от 21.03.2014 г № 125 Н «О национальном календаре профилактических прививок и календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям».





ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА! СДЕЛАЙ ПРИВИВКУ!

Как уберечься от гриппа?

**Сделайте прививку
против гриппа
до начала
эпидемического сезона**

**в детских и взрослых поликлиниках
по месту жительства, учебы, работы,
в передвижных мобильных пунктах**

**ВОВРЕМЯ СДЕЛАННАЯ ПРИВИВКА
УБЕРЕЖЕТ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ
ОТ ТЯЖЕЛЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ
ГРИППА**