



«Профилактика гриппа и ОРВИ»



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



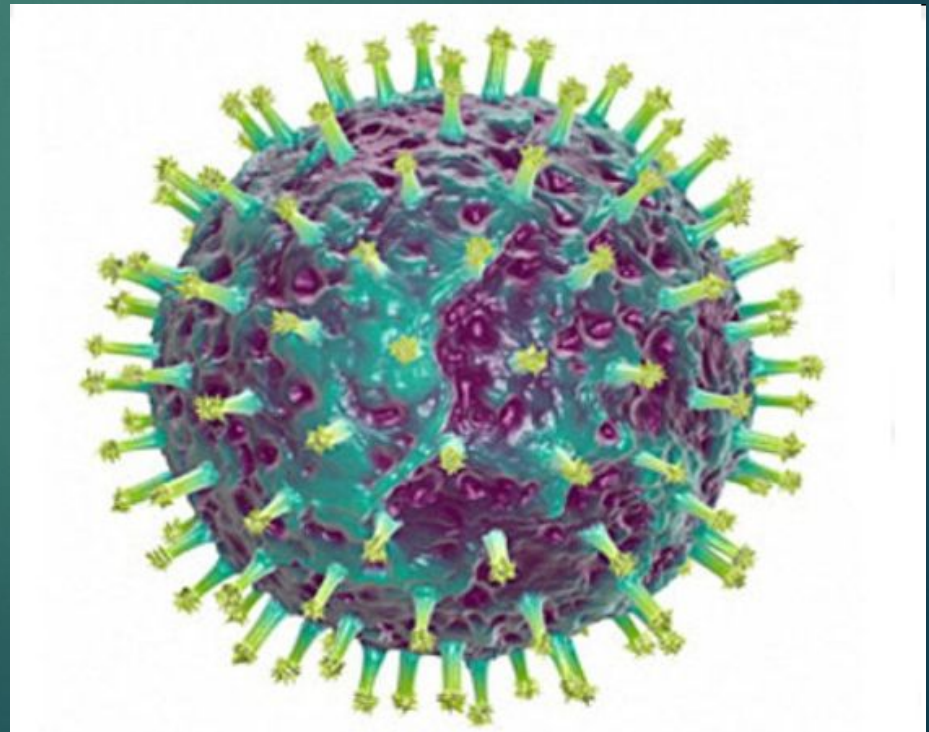


ОРВИ – группа острых воспалительных заболеваний органов дыхания, вызванных пневмотропными вирусами (грипп, парагрипп, аденовирусы, риновирусы).

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
температур
ы**



СИМПТОМЫ

► **насморк**



СИМПТОМЫ

▶ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



СИМПТОМЫ



▶ **недомогани
е**

СИМПТОМЫ



- ▶ 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

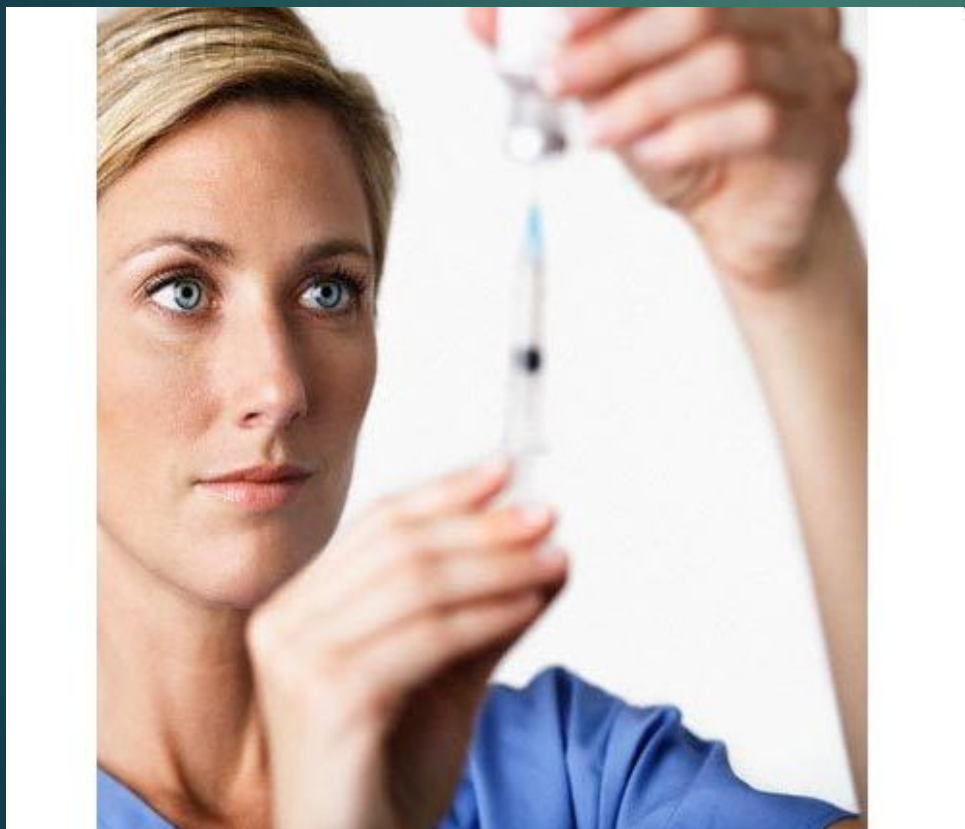


Избегайте тесных контактов с людьми которые могут быть больными.

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;

