



Это надо знать.
Грипп



За окошком осень - на пороге грипп...

Термин «острое респираторное заболевание» (ОРЗ) или «острая респираторная вирусная инфекция» (ОРВИ) охватывает большое количество заболеваний, во многом похожих друг на друга. Эти заболевания:

1 характеризуются одним и тем же набором симптомов*

2 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.).

Почему же среди такого многообразия вирусов **особое внимание уделяют вирусу гриппа?**



*** Основные симптомы:**
высокая температура, кашель (обычно сухой), головная боль, мышечная боль и боль в суставах, сильное недомогание (плохое самочувствие), боль в горле и насморк.

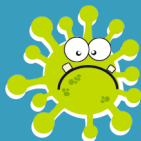


Почему особенно выделяют грипп*?

Потому что грипп:

- 1** дает много осложнений (ринит, синусит, отит, бронхит, пневмония, миокардит, перикардит, мышечные осложнения, поражение ЦНС, поражение почек и др.)
- 2** способствует обострению и/или декомпенсации хронических заболеваний
- 3** вызывает высокую смертность**.

***Грипп** – это острое вирусное заболевание, поражающее дыхательную, нервную, сердечно-сосудистую и другие системы организма.



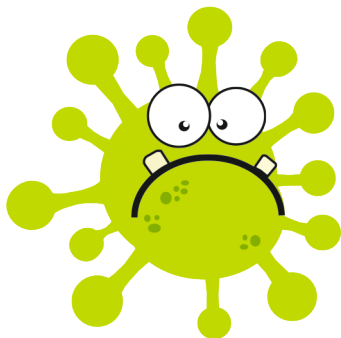
****Смерть при гриппе может наступить от самой инфекции, от присоединившихся осложнений и от обострения имевшихся у человека хронических заболеваний.**

Как предотвратить заражение гриппом?

Зная, что грипп заболевание инфекционное, мы должны:



- 1** создать условия, чтобы в наш организм не попал вирус
- 2** позаботиться о том, чтобы у нашего организма хватило сил противостоять заражению.



Чтобы не допустить попадание вируса гриппа в организм, нужно знать источник инфекции и пути её передачи.



Кто является источником инфекции?

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.

*Инкубационный период – время, когда человек уже болен, но симптомов заболевания еще нет.

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.



Какие существуют пути передачи гриппа?

1 Воздушно-капельный. Вирус со слизистых дыхательных путей больного при дыхании, чихании, кашле, разговоре выделяется в огромной концентрации и находится в виде аэрозольных частиц* во взвешенном состоянии несколько минут. При вдыхании этих частиц здоровый человек заражается.

2 Контактно-бытовой. Аэрозольные частицы, содержащие вирус гриппа, оседают на окружающие предметы** (столы, игрушки, дверные ручки и т.д.). Здоровый человек, прикасаясь к этим предметам, а затем, не помыв руки, к слизистой глаз, рта, носа – заражается гриппом.

*Дальность рассеивания вируса 2-3 м.

**На предметах вирус может сохраняться от 2 до 8 часов.



Как не допустить попадания вируса в организм?

Во время роста заболеваемости ОРВИ соблюдайте элементарные санитарно-гигиенические нормы и правила:

- 1** используйте защитные маски, при общении с людьми соблюдайте дистанцию (не менее 2-х метров)
- 2** избегайте, по возможности, многолюдных мест
- 3** не прикасайтесь грязными руками к глазам, носу или рту
- 4** тщательно и часто мойте руки теплой водой с мылом или пользуйтесь средствами для обработки рук на основе спирта или других дезинфицирующих средств
- 5** регулярно проветривайте помещение и делайте влажную уборку.

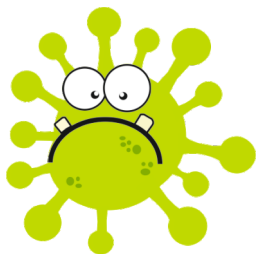
К сожалению, у нас нет космических скафандров, поэтому мы не застрахованы от попадания вируса в организм, и чтобы не заболеть гриппом необходимо повышать защитные силы организма.

Как повысить защитные силы организма?



Своевременно поставить прививку от гриппа

В процессе вакцинации в организм вводят частичку разрушенного вируса, которая стимулирует организм к выработке защитных антител. Поэтому, если в дальнейшем в организм попадёт вирус гриппа, антитела свяжутся с вирусом и нейтрализуют его. Соответственно, человек не заболевает или заболевание будет протекать в легкой форме.



Организму требуется минимум две недели для выработки антител, следовательно, прививку нужно ставить не позднее, чем за 2-3 недели до наступления эпидемиологического сезона.



Кому необходима вакцинация?

Вакцинация необходима:

- 1** группам высокого риска по развитию неблагоприятных последствий гриппа: детям первых 2 лет жизни, лицам старше 60 лет, лицам страдающим хроническими заболеваниями
- 2** группам высокого риска по заражению гриппом: медицинскому персоналу, работникам сферы бытового обслуживания, учебных заведений, школьникам, студентам и др.

Вакцинация против гриппа рекомендуется всем людям в возрасте от 6 месяцев и старше.

Почему необходима ежегодная вакцинация от гриппа?



Вирусы гриппа* обладают высокой изменчивостью. Вследствие чего один и тот же тип вируса гриппа изменяется год от года. Поэтому иммунитет, сформировавшийся в прошлом году, может оказаться неспособным противостоять инфекции в текущем году.

Как узнают, какой тип вируса гриппа будет в этом году?

Существует всемирная сеть контроля за циркуляцией вирусов гриппа, которая производит отбор наиболее актуальных штаммов для производства вакцин.

Вакцины обычно содержат три вирусных штамма (2 вируса гриппа А и 1 вирус гриппа В), представляющих наиболее распространенные патогенные вирусы, циркулировавшие в популяции в предшествующем сезоне.

*Существуют несколько видов вирусов гриппа: А, В, С.



Какие вакцины используют
для иммунизации против
гриппа в рамках
национального календаря?

Гриппол (для вакцинации
взрослого населения)

Гриппол плюс (для вакцинации
детей)

Вакцина Гриппол плюс:

- ➔ содержит высокоочищенные антигены вируса гриппа
- ➔ содержит иммуномодулятор Полиоксидоний
- ➔ содержание антигенов снижено в 3 раза при доказанной высокой эффективности
- ➔ отсутствуют консерванты
- ➔ современная форма выпуска
- ➔ производится в соответствии с международными стандартами качества фармацевтического производства (GMP).

Перед вакцинацией обязателен осмотр
врача!

Какие документы регламентируют вакцинацию против гриппа?



1 Федеральный закон от 17 сентября 1998 года № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»

2 Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1.2.1319-03 «Профилактика гриппа»

3 Приказ Министерства здравоохранения РФ №51н от 31 января 2011 г. «О национальном календаре профилактических прививок и календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям»





**Что говорит закон
от 17.09.1998 года № 157-ФЗ
«Об иммунопрофилактике
инфекционных болезней»?**

Статья 5. Права и обязанности
граждан при осуществлении
иммунопрофилактики

Часть 2. Отсутствие профилактических
прививок влечет:

временный отказ в приеме граждан в
образовательные и оздоровительные учреж-
дения в случае возникновения массовых
инфекционных заболеваний или при угрозе
возникновения эпидемий;

отказ в приеме граждан на работы или
отстранение граждан от работ, выполнение
которых связано с высоким риском заболева-
ния инфекционными болезнями.

Что делать, если у вас появились симптомы заболевания?



Вызовите врача на дом, который оценит Ваше состояние и назначит необходимое лечение (или обратитесь в участковую поликлинику).

Обратите внимание:

- 1** При посещении поликлиники необходимо иметь с собой полис обязательного медицинского страхования и документ, удостоверяющий личность. Полис ОМС гарантирует Вам бесплатную и качественную медицинскую помощь при лечении гриппа в амбулаторных и стационарных условиях в медицинских учреждениях, работающих в системе ОМС, на всей территории России.
- 2** При лечении гриппа в амбулаторных условиях лекарства приобретаются за счет Ваших личных средств (исключение составляют граждане, имеющие право на льготное лекарственное обеспечение).
- 3** При получении медицинской помощи в дневных стационарах и стационарных условиях пациентам предоставляются лекарства, включенные в Перечень жизненно необходимых и важнейших лекарственных препаратов, бесплатно.

Не занимайтесь самолечением.

Не принимайте аспирин и антибиотики без назначения врача.



Про аспирин и антибиотики



Аспирин

(или содержащие аспирин препараты)

нельзя принимать для снижения температуры из-за риска развития осложнений. Как жаропонижающее используется **парацетамол** (и содержащие парацетамол препараты).



Антибиотики



не действуют на вирусы,

пытаться самостоятельно лечить ими грипп не только бесполезно, но и опасно. Антибиотики назначает только врач по специальным показаниям.

Когда нельзя медлить



Вызывайте скорую помощь, если у больного удушье, учащенное дыхание, цианоз (синюшность кожных покровов), обезвоживание (проявляется в сухости слизистых, снижение упругости кожных покровов), затуманенность сознания, бред.

Что позволяет повысить сопротивляемость организма к простудным заболеваниям?

- физическая активность
- закаливающие процедуры
- полноценное питание
- прием поливитаминных препаратов
- соблюдение режима дня
- отказ от употребления табака и
алкогольных напитков

