ГРИПП
группы риска

Согласно национальному календарю профилактических прививок лица из групп риска подлежат вакцинации против гриппа

Группы риска тяжелого течения гриппа:

- дети младше 5-ти лет
- взрослые старше 65 лет
- беременные женщины
- лица с хроническими заболеваниями
- лица со злокачественными новообразованиями
- лица с иммунодефицитными состояниями

Группы высокого риска инфицирования гриппом:

- учащиеся образовательных организаций
- сотрудники образовательных организаций
- медицинские работники
- сотрудники организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сферы
- работники организаций социального обслуживания
- лица, контактирующие с большим количеством людей

Профилактика

Ежегодно осенью прививайтесь против гриппа

Регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком

Не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот

Соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра

Сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей

Используйте маски в общественных местах

Регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений

egon.rospotrebnadzor.ru

ОСЛОЖНЕНИЯ ГРИППА

Грипп - острая вирусная инфекция с высоким риском развития серьезных осложнений, особенно у лиц из групп риска

Группы риска тяжелого течения гриппа:

- дети младше 5-ти лет
- взрослые старше 65 лет
- беременные женщины
- лица с хроническими заболеваниями
- лица со злокачественными новообразованиями
- лица с иммунодефицитными состояниями

Осложнения гриппа:

- со стороны дыхательной системы - бронхит, пневмония
- со стороны сердечно-сосудистой системы - миокардит, перикардит
- со стороны ЛОР-органов - отит, синусит
- со стороны центральной нервной системы - менингит, энцефалит

Профилактика

- Ежегодно осенью прививайтесь против гриппа
- Регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком
- Не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот
- Соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра
- Сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей
- Используйте маски в общественных местах
- Регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений

egon.rospotrebnadzor.ru

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ

ГРИПП МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ!
ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

САМЫМ ЭФФЕКТИВНЫМ СПОСОБОМ ПРОФИЛАКТИКИ ЯВЛЯЕТСЯ ВАКЦИНАЦИЯ.

Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно.

ПОЧЕМУ НУЖНА ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА:

ГРИПП
ОЧЕНЬ ЗАРАЗЕН

БЫСТРО
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ

Оптимальное время для вакцинации – сентябрь – ноябрь.

ВЫЗЫВАЕТ
СЕРЬЕЗНЫЕ
ОСЛОЖНЕНИЯ

ПРОТЕКАЕТ
НАМНОГО ТЯЖЕЛЕЕ
ДРУГИХ ОРВИ

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Ваш Роспотребнадзор

Неспецифическая профилактика

- регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком
- не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот
- соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра
- сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей
- используйте маски в общественных местах
- регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений
- регулярно обеззараживайте гаджеты

Эти меры неспецифической профилактики универсальные и помогут защититься от любых респираторных инфекций, в том числе от ОРВИ и коронавирусной инфекции

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1
e-mail: cgon@cgon.ru;
тел.: 8 (499) 241 86 28

Грипп

http://cgon.rospotrebnadzor.ru/

Что такое грипп

Это острая вирусная инфекция, поражающая преимущественно органы дыхания - нос, горло, бронхи, иногда легкие

Отличия гриппа от ОРВИ

- более заразный
- более тяжелый
- чаще развиваются осложнения
- способен вызывать эпидемии

Источник инфекции

больной человек

Пути передачи:

- преимущественно воздушно-капельный – при разговоре, кашле, чихании
- реже контактно-бытовой – через грязные руки, общие предметы обихода и гигиены, посуду

Симптомы гриппа

- резкое повышение температуры до 38-40°С
- головная боль
- слабость
- боль в мышцах и суставах
- насморк, кашель, першение в горле

Грипп опасен осложнениями

К ним относятся бронхит, пневмония, отит, синусит, миокардит, перикардит, менингит, энцефалит, обострения имеющихся хронических заболеваний

Риск развития осложнений особенно высок для:

- младенцев
- людей всех возрастов с хроническими заболеваниями и избыточной массой тела
- беременных
- пожилых

При появлении симптомов гриппа

- оставайтесь дома
- не занимайтесь самолечением
- обратитесь к врачу
- не контактируйте с другими людьми, чтобы не подвергать их риску инфицирования

Вакцинация – эффективная мера профилактики гриппа

Вакцинация показана всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости

Лучшее время для вакцинации от гриппа - сентябрь, октябрь, ноябрь

Прививаться от гриппа необходимо ежегодно!

Каждый год состав вакцины обновляется в соответствии с прогнозом ВОЗ об актуальных штаммах гриппа на предстоящий год

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ

НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА – СВОЕВРЕМЕННАЯ ВАКЦИНАЦИЯ

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ, ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ – СЕНТЯБРЬ – НОЯБРЬ

Ваш Роспотребнадзор

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ

ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ – В ТВОИХ РУКАХ!

СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ ОТ ГРИППА

РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ

ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ИСПОЛЬЗУЙТЕ МАСКИ

ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ

ИЗБЕГАЙТЕ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ

Ваш Роспотребнадзор