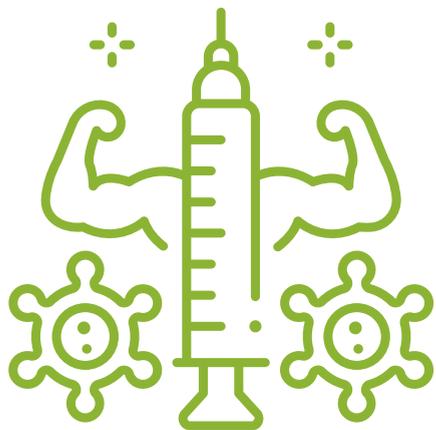


Где можно сделать прививку против гриппа?

Детям вакцинацию проводят в школе и в детском саду, если ребенок не посещает образовательное учреждение, можно обратиться в поликлинику.

Взрослые могут сделать прививку в поликлинике, либо в специальных мобильных прививочных пунктах, которые дополнительно устанавливаются в период массовой вакцинации.



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



Вопросы о вакцинации против гриппа



Зачем прививаться от гриппа?

Грипп очень заразен, способен к быстрому и массовому распространению, протекает тяжелее остальных вирусных респираторных инфекций и имеет большой риск развития осложнений

Почему нужно прививаться от гриппа каждый год?

- Вирус гриппа постоянно мутирует
- Иммунный ответ организма на вакцинацию ослабевает с течением времени
- Состав вакцины ежегодно обновляется в соответствии с прогнозом ВОЗ об актуальных штаммах гриппа на предстоящий год

Доказано!

Вакцинация от гриппа:

- снижает уровень заболеваемости в 1,4-1,7 раза,
- способствует уменьшению тяжести заболевания,
- предупреждает развитие тяжелых осложнений и смертельных исходов

Можно ли заболеть гриппом от вакцины?

Заражение гриппом от вакцины исключено.

В ответ на прививку возможно развитие поствакцинальных реакций в виде слабости, ломоты в мышцах, подъема температуры, боли в месте инъекции.

Поствакцинальная реакция – нормальная реакция организма на введение вакцины, которая возникает в течение первых 3 дней после прививки и проходит самостоятельно.

Можно ли заболеть гриппом после прививки?

Такое возможно, но благодаря вакцинации заболевание будет протекать в легкой форме, риск развития осложнений будет минимальным, а выздоровление наступит быстрее.



Когда делать прививку от гриппа?

Сезонный подъем заболеваемости гриппом чаще всего начинается в ноябре-декабре, поэтому лучше всего привиться в сентябре - ноябре, чтобы к подъему заболеваемости иммунитет уже сформировался.

Кому важно сделать прививку от гриппа в первую очередь?

Грипп тяжелее всего переносят дети, пожилые, беременные женщины и лица с ослабленным иммунитетом, а также люди с тяжелыми хроническими заболеваниями.

Все эти состояния входят в группу риска тяжелого течения гриппа с развитием осложнений.





Гаджеты – источники инфекции

КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ГАДЖЕТАМИ?

- Соблюдать требования к гигиене рук
- Регулярно обрабатывать телефон антисептическими средствами
- Чехол при обработке снимать и обрабатывать отдельно

КАК ОБРАБАТЫВАТЬ ГАДЖЕТЫ

- Использовать средства, предназначенные для обработки поверхностей
- Учитывать рекомендации производителей гаджетов: возможность их мытья и совместимость с дезинфицирующими средствами
- Некоторые виды электроники можно поместить в специальные гладкие чехлы – это упрощает их обработку



ТЕЛЕФОН СЛЕДУЕТ ОБРАБАТЫВАТЬ ПОСЛЕ КАЖДОГО ПОСЕЩЕНИЯ ПУБЛИЧНЫХ МЕСТ, ОБЩЕСТВЕННОГО ТРАНСПОРТА И Т. Д. ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЕЧЕРОМ – В КОНЦЕ РАБОЧЕГО ДНЯ

Можно ли заболеть гриппом от вакцины?



НЕВОЗМОЖНО

Заражение гриппом от вакцины

ВОЗМОЖНО

Развитие поствакцинальных реакций после прививки

Поствакцинальные реакции:

- проявляются как слабость, ломота в мышцах, подъем температуры, боль в месте инъекции
- возникают в течение первых 3 дней после прививки
- проходят самостоятельно без лекарств

Поствакцинальная реакция - нормальная реакция организма на введение вакцины



Можно ли заболеть гриппом после прививки?



Да, но благодаря вакцинации:

Заболевание будет протекать в **ЛЕГКОЙ** форме

Риск развития осложнений гриппа **МИНИМАЛЕН**

Выздоровление наступит **БЫСТРЕЕ**



РЕСПИРАТОРНАЯ ГИГИЕНА



- правила поведения при кашле или чихании
- часть личной гигиены

ВОЗ рекомендует

При кашле или чихании



Прикрыть рот и нос
салфеткой или
сгибом локтя



Использованную
салфетку выбросить



Вымыть руки

Носить маску

В общественных
местах

Так, чтобы она закрывала
нос, рот и подбородок



Соблюдение правил респираторной гигиены защитит окружающих
от гриппа, COVID-19 и других инфекций



Что входит в состав вакцины против гриппа?



- Трехвалентная защитит от трех вирусов гриппа:
- вирус гриппа А (H1N1)
 - вирус гриппа А (H3N2)
 - вирус гриппа В (линия Victoria)

- Четырехвалентная защитит от четырех вирусов гриппа:
- вирус гриппа А (H1N1)
 - вирус гриппа А (H3N2)
 - вирус гриппа В (линия Victoria)
 - вирус гриппа В (линия Yamagata)



Родители, научите детей мыть
руки правильно,
контролируйте процесс.

**Мытьё рук –
лучший способ
защитить себя
и окружающих
от передачи
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



Гигиена рук



Гигиена рук = обеззараживание рук:

- мытьё рук с мылом под проточной водой или
- обеззараживание рук антисептиком (в виде раствора, геля, салфеток)

Гигиена рук – эффективная защита от инфекций.

Грязные руки – фактор передачи большинства опасных микроорганизмов.

Гигиена рук поможет избежать распространения ОРВИ, гриппа, гепатита А, дизентерии, заболеваний, вызванных гельминтами, и других инфекций.



Когда мыть руки?

- после возвращения домой
- перед приготовлением, употреблением пищи
- после посещения туалета
- после сморкания, кашля или чихания
- после ухода за заболевшими
- перед любыми процедурами, когда необходимо прикоснуться к глазам, носу или рту
- после контакта с животными

Как мыть руки?

- смочить руки теплой водой
- нанести мыло
- потереть ладони между собой до образования пены
- распределить мыло по всей поверхности рук, включая области между пальцев, под ногтями (в течение 20 секунд)
- смыть водой
- вытереть руки насухо

Как обрабатывать руки антисептиком?

- нанести антисептик в виде раствора или геля на ладони,
 - распределить его по всей поверхности рук,
 - дождаться, когда руки высохнут
- или
- тщательно протереть руки готовой к применению салфеткой, пропитанной антисептиком



Грипп



Грипп - острая инфекционная болезнь с массовым распространением и высоким риском развития серьезных осложнений.

Пути передачи:

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

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

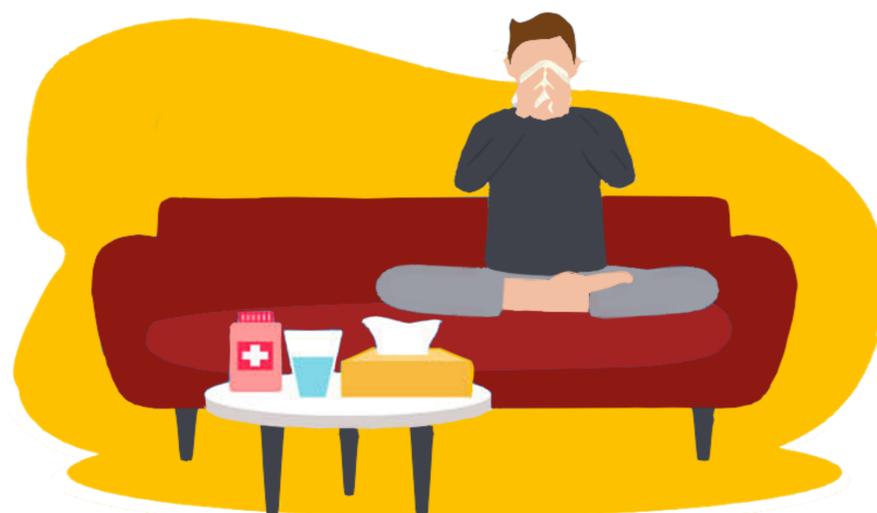
Грипп опасен своими осложнениями!

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

Вакцинация — лучшая защита от гриппа!

Вакцинация от гриппа проводится ежегодно всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости.

Лучшее время для вакцинации - сентябрь, октябрь, ноябрь.



При появлении симптомов гриппа

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

Профилактика гриппа

- ежегодно прививайтесь от 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
- избегайте поездок в транспорте в часы пик
- используйте маски в общественных местах
- регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений
- регулярно обеззараживайте гаджеты

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



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°C
- 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

