

# ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА?



## ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- Один заболевший может заразить до 40 здоровых людей.
- Максимальная вероятность заболевания в семье, коллективе.



## ГРИПП ОПАСЕН ОСЛОЖНЕНИЯМИ:

- Воспалением легких (пневмонией);
- воспалением бронхов (бронхитом);
- воспалением сердечной мышцы (миокардитом);
- воспалением среднего уха (отитом).



## В ГРУППЕ ОСОБОГО РИСКА – ЛИЦА С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

- Сердечно - сосудистой системы;
- органов дыхания;
- эндокринной системы.

У них грипп вызывает ухудшение состояния, провоцирует возникновение инсульта или инфаркта.



## У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ МИНИМАЛЬНА

В случае заражения болезнь будет протекать в легкой форме и без осложнений.

**Правильный выбор – прививка против гриппа!**

### Профилактика гриппа



#### Симптомы:



#### Кто в группе риска?

в течение осеннего сезона заболеваемость гриппом наиболее высока. Больше всего болеют в следующих группах:



Гриппом может заболеть любой человек, независимо от возраста, пола, условий жизни и состояния здоровья.

#### Мойте руки!



#### Ваш персональный план профилактики:



## Отличия гриппа от ОРВИ



### Самочувствие



### Симптомы интоксикации



### Головная боль



### Чихание



### Налет на языке и миндалинах



### Покраснение глаз



### Бессонница



### Осложнения



# Грипп: как распознать и уберечься

Вы простудились? Это ОРВИ или грипп? А может это «свиной» грипп?! Если вы научитесь отличать ОРВИ от гриппа, вы всегда будете держать ситуацию под контролем, сохраните нервные клетки и оградите себя от серьезных проблем со здоровьем.

## Какие признаки гриппа



Резкое повышение температуры тела (выше 38 °С) без каких-либо сопутствующих симптомов



Головная боль



Боль в мышцах



Боль в горле, кашель



Насморк, заложенность носа



Рвота и диарея



## Как уберечься от заражения гриппом



Ограничить посещения мест большого скопления людей



Прикрывать нос и рот при чихании или кашле одноразовой салфеткой



При встрече с человеком с признаками гриппа, держитесь от него на расстоянии > 2 м



Часто проветривать помещения



Полноценно питаться, высыпаться, избегать переутомления



Не прикасаться к глазам, носу или рту немытыми руками



Придерживаться правил личной гигиены, часто мыть руки с мылом

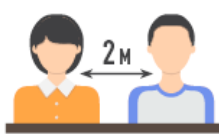


Осуществить прививки от гриппа

## Как можно заразиться вирусом гриппа



При контакте с больным человеком, когда он разговаривает, чихает или кашляет



При контакте с человеком с признаками гриппа на расстоянии до 2 м

## Вакцинация от гриппа



Вакцинироваться можно на протяжении всего сезона, даже во время эпидемии.

Прививка не ослабляет, а наоборот, усиливает способность организма противостоять гриппу.

Вакцинация проводится после осмотра врача и его разрешения только в медицинском учреждении

## Для кого грипп опасный



Дети до 5 лет (особенно дети до 2 лет)



Люди в возрасте более 65 лет



Больные на диабет



Больные на хронические заболевания легких



Беременные женщины



Люди с лишним весом



Больные на хронические сердечно-сосудистые заболевания



Люди с другими хроническими заболеваниями

## Профессиональные группы риска



Медицинские работники



Учителя и воспитатели



Продавцы



Водители, кондуктора



Работники общественных мест

## Что делать при выявлении признаков гриппа?

Незамедлительно обратиться к врачу: эффективнее всего первые двое суток с момента проявления признаков гриппа. Не занимается самолечением, которое может усложнить состояние больного и его лечение.