



# ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА?

## ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ОДИН ЗАБОЛЕВШИЙ МОЖЕТ ЗАРАЗИТЬ ДО 40 ЗДОРОВЫХ ЛЮДЕЙ
- МАКСИМАЛЬНАЯ ВЕРОЯТНОСТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ (МАГАЗИН, ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ И Т.Д) А ТАК ЖЕ В СЕМЬЕ И КОЛЛЕКТИВЕ



## ГРИПП ОПАСЕН ОСЛОЖНЕНИЯМИ

- ВОСПАЛЕНИЕ ЛЕГКИХ(ПНЕВМОНИЯ)
- ВОСПАЛЕНИЕ БРОНХОВ (БРОНХИТ)
- ВОСПАЛЕНИЕ СЕРДЕЧНОЙ МЫШЦЫ (МИОКАРДИТ)
- ВОСПАЛЕНИЕ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ (ОТИТ, СИНУСИТ, РИНИТ, ТРАХЕИТ)



## В ГРУППЕ ОСОБОГО РИСКА -

- ЛЮДИ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ:
- СЕРДЕЧНО - СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ
- ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ
- ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ
- БЕРЕМЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ
- ЛИЦА СТАРШЕ 65 ЛЕТ



## У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ МИНИМАЛЬНА

- В СЛУЧАЕ ЗАРАЖЕНИЯ БОЛЕЗНЬ БУДЕТ ПРОТЕКАТЬ В ЛЕГКОЙ ФОРМЕ БЕЗ ОСЛОЖНЕНИЙ



ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ОТ ГРИППА -  
**ПРИВИВКА!**

## ПРИВИВКА ОТ ГРИППА: ДЕЛАТЬ ИЛИ НЕТ?

### КАК ДЕЙСТВУЕТ ВАКЦИНА?



В состав вакцины входят ослабленные возбудители инфекции. Они не способны вызвать болезнь, но иммунитет реагирует на них и формирует антитела.

### КОГДА ДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Как можно скорее, так как оптимальный срок выработки антител - не менее трех недель. Есть и минимальный срок — три или четыре дня

### КОМУ НУЖНО ПРИВИВАТЬСЯ?



ДЕТЯМ



ПОЖИЛЫМ  
ЛЮДЯМ



СТУДЕНТАМ  
ШКОЛЬНИКАМ



СПЕЦИАЛИСТАМ  
которым необходимо с собой



ЛЮДЯМ  
с хроническими  
заболеваниями

ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА  
ПРОИЗВОДИТСЯ ПРИ СОГЛАСИИ  
ПАЦИЕНТА

### ПОСЕТИТЕ ВРАЧА



Перед прививкой  
обратитесь к терапевту  
или педиатру

Имеются противопоказания. необходима консультация специалиста



# ОПАСНО! ГРИПП!

Грипп – это инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путём. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

## СИМПТОМЫ ГРИППА



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ  
ТЕЛА, ОЗНОБ**



**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ**



**ЛОМОТА В МЫШЦАХ И  
СУСТАВАХ, БОЛЬ В  
ГЛАЗНЫХ ЯБЛОКАХ**



**ССАДНЕНИЕ/ЖЖЕНИЕ  
В ГОРЛЕ**



**СУХОЙ КАШЕЛЬ**



**СЛАБОСТЬ, СНИЖЕНИЕ  
АППЕТИТА, ТОШНОТА,  
ВОЗМОЖНА РВОТА**

## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



**СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ**



**ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**



**ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С  
БОЛЬНЫМИ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**



**РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ**

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, ТО НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА,  
СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ**



**НЕМЕДЛЕННО ВЫЗВАТЬ ВРАЧА**



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ!!!**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**



**УПОТРЕБЛЯТЬ БОЛЬШОЕ  
КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ  
(ТРАВЯНЫЕ ЧАИ, СОКИ, МОРСЫ)**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ, ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ, УВЛАЖНЯТЬ  
ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИИ**

# Что надо знать о сезонном гриппе?

Грипп - это заболевание, вызываемое вирусами сезонного гриппа. Эти вирусы передаются от человека человеку.

## Как распознать грипп?



Внезапная высокая температура



Головная боль



Кашель или боль в горле



Мышечные боли

## Что делать, если у вас грипп?



При кашле или чихании прикрывайте рот рукой/локтем или салфеткой



Чаще мойте руки



Больше отдыхайте



Пейте больше воды и полноценно питайтесь



Если состояние не улучшается или вы входите в группу высокого риска, обращайтесь за медицинской помощью



Всемирная организация здравоохранения

HEALTH EMERGENCIES programme

## Как предотвратить грипп?

**Лучший способ предотвращения гриппа - это ежегодная вакцинация.**



Вакцинация особенно важна для людей, подвергающихся высокому риску развития осложнений.

Это следующие группы:

- Беременные женщины
- Люди старше 65 лет
- Дети от 6 месяцев до 5 лет
- Люди с хроническими заболеваниями









Люди, которые живут с людьми из группы высокого риска или осуществляют уход за ними

# ВНИМАНИЕ ГРИПП!

vk.com/zdorovregion51  
ЗДОРОВЫЙ  
РЕГИОН  
51

Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно - капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

## СИМПТОМЫ ГРИППА:

-  РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА
-  ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
-  ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ
-  БОЛЬ /ЖЖЕНИЕ В ГОРЛЕ
-  СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ
-  СЛАБОСТЬ
-  ЖЕЛУДОЧНО - КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА, РВОТА, ПОНОС)
-  БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ

**САМАЯ НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА ОТ ГРИППА - ПРИВИВКА!**  
**СДЕЛАЙ ПРИВИВКУ И БУДЬ ЗДОРОВ!**

