

Грипп или ОРВИ?

! Незамедлительно обратитесь к врачу при появлении первых признаков заболевания — это позволит снизить вероятность осложнений и неблагоприятных исходов.

Грипп

ОРВИ

Стремительное	Начало болезни	Быстрое
Ярко выраженная	Общая интоксикация головная боль, "ломота" в суставах и мышцах	Умеренная
Сильная	Лихорадка	Умеренная
Да	Покраснение глаз	Нет
Нет	Чихание	В первые дни
Часто	Осложнения со стороны дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной систем	Редко

☎ Горячая линия Роспотребнадзора по вопросам профилактики гриппа и ОРВИ 8 (800) 555-49-43

Грипп у детей



Что такое грипп?

Грипп – это острая вирусная инфекция дыхательных путей, характеризующаяся поражением слизистых оболочек верхних дыхательных путей, лихорадкой, интоксикацией, а также нарушением деятельности сердечно - сосудистой и нервной систем.

Грипп - одно из самых тяжелых и распространенных вирусных заболеваний зимнего сезона.

Дети особенно уязвимы к гриппу. Причина - недостаточно сформированный иммунитет. Дети с большей вероятностью рискуют получить осложнения инфекции. Грипп у детей может иметь тяжелое течение. Вызывает инфекцию вирус гриппа. Различают три серологических типа вируса гриппа - А, В и С.

Распространение вируса в организованных коллективах происходит стремительно. Вирус гриппа часто передается от ребенка к ребенку при чихании или кашле. Существует вероятность контактной передачи вируса через предметы обихода, детские игрушки, посуду, белье. Вирус способен выживать в течение 2 часов на столешницах, столах, дверных ручках, а также ручках и карандашах. Дети часто касаются поверхностей, а затем рта, носа или глаз.

Заболевший гриппом наиболее заразен за 24 часа до появления симптомов и в первые дни заболевания.

Ребенок с большей вероятностью рискует заразиться, если:

- он находится среди людей, зараженных гриппом;
- не была проведена вакцинация против гриппа;
- пренебрегает правилами личной гигиены, в частности мытьем рук.

Каковы симптомы гриппа у детей?

Симптомы гриппа у детей не отличаются от симптомов заболевания у взрослых, но дети младшего возраста особенно подвержены раннему молниеносному развитию осложнений инфекции. Наиболее часто у них диагностируют пневмонию, которая может развиваться в первые дни болезни.

Острейшее начало: заболевание начинается остро с лихорадки, которая может достигать 40,5°C. Также среди симптомов:

- ломота в теле;

- головная боль;
- боль в горле;
- выраженный синдром интоксикации (вялость, слабость, недомогание и др.);
- заложенность носа, сухость слизистых оболочек, незначительный кашель, покраснение глаз, боль в глазах.

В некоторых случаях у ребенка могут быть такие симптомы, как тошнота, рвота, диарея.

Во время гриппа возможно обострение сопутствующих заболеваний.

Среди осложнений гриппа наиболее часто встречается пневмония, приводящая к летальному исходу.

Лечение гриппа у детей проводится под контролем педиатра, возможно потребуется госпитализация.

Госпитализация в обязательном порядке проводится в случае тяжелого течения гриппа, среднетяжелого течения с развитием осложнений, а также, если заболевший – новорожденный.

В каком случае необходимо вызвать скорую?

- нарастающая одышка;
- синюшность кожных покровов;
- спутанность сознания или возбуждение, судороги;
- повторная рвота;
- уменьшение мочеотделения;
- сохранение или увеличение цифр лихорадки более 5 дней.

Как уберечь ребенка от заражения гриппом?

Лучший способ предотвратить грипп — это ежегодно делать прививку от гриппа.

Вакцинация против гриппа проводится в предэпидемический период — до подъема уровня заболеваемости.

В организованных коллективах — детских садах и школах в период подъема заболеваемости проводится утренний фильтр, врач или медицинская сестра проводит осмотр детей с целью выявления заболевших.

Меры профилактики гриппа в разгар эпидемии:

- после каждой поездки в общественном транспорте необходимо тщательно вымыть руки. Если возможности вымыть руки нет — рекомендуется иметь при себе антибактериальные влажные салфетки или антибактериальный гель;
- не следует прикасаться грязными руками к лицу, слизистым оболочкам рта, носа;
- избегайте мест скопления людей;
- если ребенок заболел, во время ухода за ним используйте медицинскую маску;
- если Ваш ребенок заболел, оставьте его дома. Это не только снизит риск распространения инфекции, но и уменьшит вероятность развития осложнений, в том числе опасных для жизни.

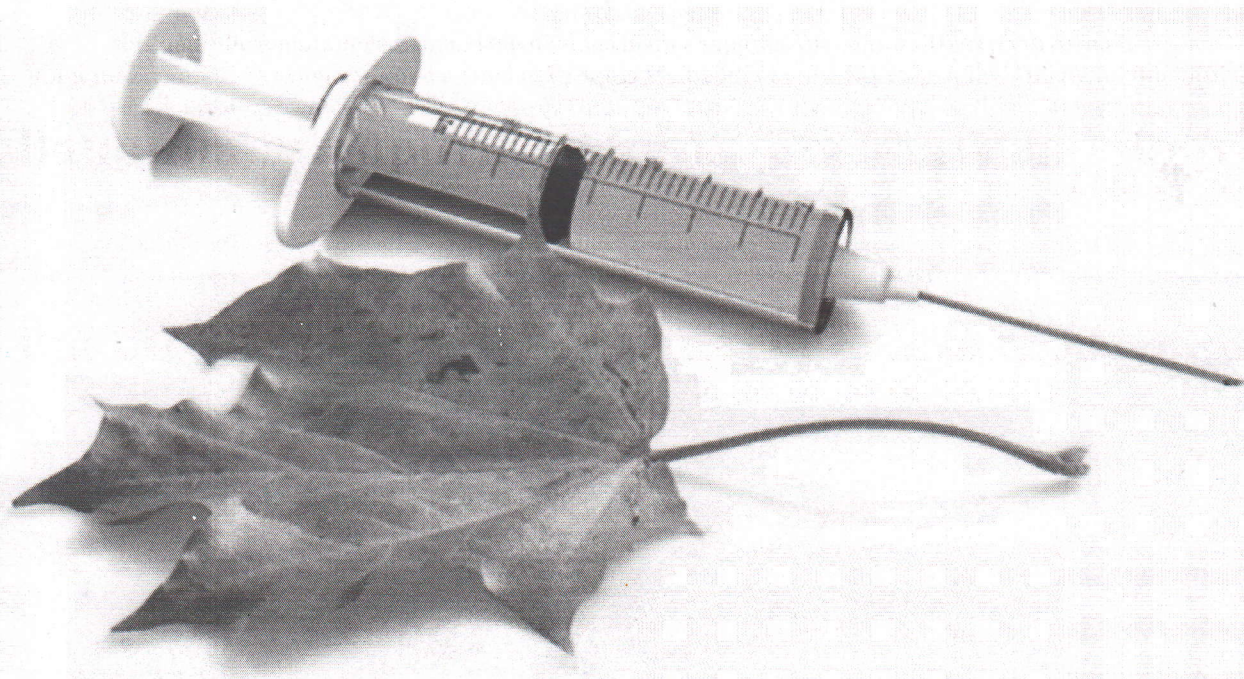


Федеральная служба по надзору в сфере защиты
прав потребителей и благополучия человека

Федеральное бюджетное учреждение
здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии
в Алтайском крае»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Алтайском крае»)

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и
эпидемиологии в Алтайском крае в городе Рубцовске, Рубцовском, Егорьевском, Поспелихинском,
Краснощековском, Курьинском, Новичихинском и Шипуновском районах»

Вакцинация против гриппа. Бесплатная / платная



Единственным надежным средством профилактики гриппа является **вакцинация**.

Вакцинация против гриппа проводится в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 21 марта 2014 г. № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям», а также в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ.

Оптимальным временем проведения прививок против гриппа является период с **сентября по ноябрь**, т.к. иммунитет формируется примерно в течение 2-х недель. При соблюдении сроков проведения вакцинации иммунитет после прививки успеет сформироваться до подъема заболеваемости.

В рамках национального календаря профилактических прививок иммунизации против гриппа подлежат:

- дети с 6 месяцев;
- учащиеся 1 - 11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования;
- взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы);
- беременные женщины;
- взрослые старше 60 лет;
- лица, подлежащие призыву на военную службу;
- лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.

Где сделать прививку?

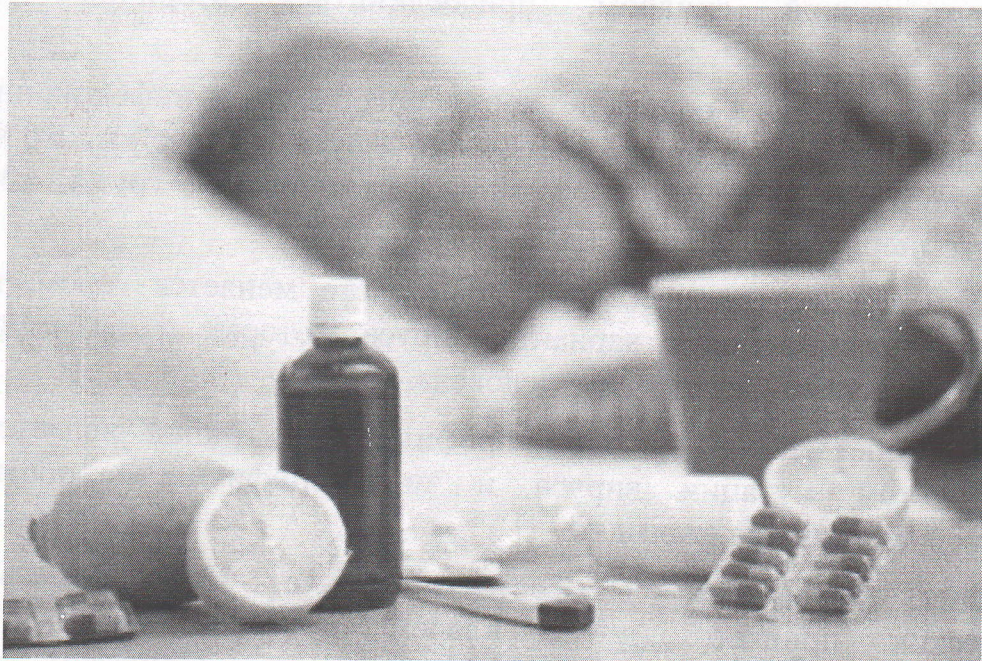
Для того чтобы пройти вакцинацию, необходимо обратиться в поликлинику по месту жительства к участковому терапевту, к дежурному врачу или к педиатру (в случае, если вакцинация проводится ребенку).

Перед вакцинацией врач проведет осмотр и определит наличие или отсутствие противопоказаний к проведению вакцинации.

Своевременная вакцинация - эффективная защита от гриппа!

Распространяется бесплатно

Грипп и его профилактика

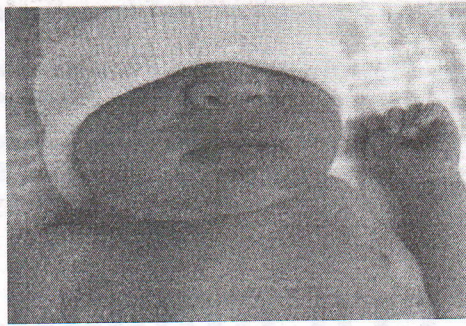


Грипп - острая вирусная инфекционная болезнь, вызываемая РНК-содержащим вирусом семейства ортомиксовирусов, с воздушно-капельным путем передачи возбудителя, характеризующаяся острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.

Заболевание начинается остро с резкого подъема температуры (до 38° С - 40°С), сухого кашля или першения в горле, и сопровождается симптомами общей интоксикации: ознобом, болями в мышцах, головной болью, болью в области глаз. Катаральные явления – насморк, продуктивный кашель - обычно начинаются спустя 3 дня после снижения температуры тела. Кашель может сопровождаться болью за грудиной.

При легком течении заболевания эти симптомы сохраняются 3-5 дней, и больной обычно выздоравливает, но при этом несколько дней сохраняется чувство выраженной усталости, особенно у пожилых людей.

Тяжелое течение гриппа сопровождается поражением нижних дыхательных путей с развитием пневмонии и признаками дыхательной недостаточности: появляется одышка или затрудненное дыхание в покое, у детей до 5 лет возможно втяжение грудной клетки, свистящее дыхание в покое, синюшность носогубного треугольника.



При тяжелых формах гриппа могут развиваться отек легких, сосудистый коллапс, отек мозга, геморрагический синдром, присоединиться вторичные бактериальные осложнения.

Вирус гриппа в воздухе сохраняет жизнеспособность и инфекционные свойства в течение нескольких часов, на поверхностях - до 4 суток. Вирус высоко чувствителен к дезинфицирующим средствам из разных химических групп, УФ-излучению, повышенным температурам.

У вирусов гриппа в процессе эволюции часто меняется геном, в связи с чем периодически возникают новые варианты вируса, которые и вызывают пандемии с тяжелыми последствиями для здоровья человека.

Основным действенным методом профилактики гриппа является вакцинация, которая, с учетом мутации вируса и типоспецифичности постинфекционного иммунитета, осуществляется ежегодно.

Вакцинация проводится в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям, утвержденным Приказом Министерства здравоохранения РФ от 21 марта 2014 г. №125н, с изменениями от 16.06.2016 № 370 н.

Главная цель вакцинации против гриппа - защита населения от массового и неконтролируемого - распространения инфекции, от эпидемии гриппа. Важно понимать, что вакцинируя население, врачи спасают жизни тех, кто рискует умереть от осложнений гриппа. В группу риска по развитию осложнений после гриппа входят дети до 5 лет и люди старше 60 лет, беременные женщины, лица, страдающие хроническими заболеваниями сердца, легких, метаболическим синдромом.

В период эпидемического подъема заболеваемости рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики:

- избегать контактов с чихающими и кашляющими людьми;
- после контакта с лицами, имеющими признаки простудного заболевания, целесообразно воспользоваться назальным спреем для предотвращения проникновения вируса через слизистые оболочки носа;
- сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- носить медицинскую маску (марлевую повязку);
- регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их антисептическим средством для обработки рук;
- регулярно проводить влажную уборку и соблюдать режим проветривания дома и в помещениях общественного назначения.
- вести здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность, закаливание).

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Рубцовске, Рубцовском, Егорьевском, Поспелихинском, Красношековском, Курьинском, Новичихинском и Шипуновском районах»

РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА И ОРВИ

Правила профилактики гриппа:

- Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.
- Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.
- Пользуйтесь маской в местах скопления людей.
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют.
- Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта.
- Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта.
- Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
- Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.
- Увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.
- Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).
- Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.
- По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.

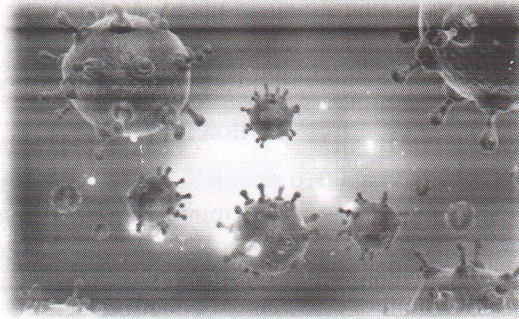
В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»)

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Рубцовске, Рубцовском, Егорьевском, Поспелихинском, Краснощековском, Курьинском, Новичихинском и Шипуновском районах»

Об осложнениях гриппа. Почему необходимо обращаться к врачу?



Почему грипп, относясь к группе острых респираторных вирусных инфекций, выделяется как особая инфекция? Почему именно о гриппе говорят врачи, СМИ, популярные сайты сети Интернет?

Ответ прост: грипп – единственная острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ), влекущая за собой серьезные осложнения, которые не только нарушают работу нашего организма, но и опасны для жизни. А осложнения эти возникают очень часто. Чаще всего осложнения гриппа носят отсроченный характер, проявляются спустя некоторое время, когда человек уже забыл о перенесенной инфекции. Начинаются проблемы в функционировании сердечно-сосудистой, нервной и других систем организма.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в мире гриппом и ОРВИ заболевает до 500 млн. человек, от осложнений заболевания умирают около 500 тысяч человек.

В Москве на грипп и ОРВИ приходится ежегодно до 90% от всей регистрируемой инфекционной заболеваемости, болеет около 3 млн. человек, из них около 60% - дети.

Общая информация о заболевании.

Грипп – острая вирусная инфекция дыхательных путей, характеризующаяся поражением слизистых оболочек верхних дыхательных путей, лихорадкой, интоксикацией, а также нарушениями деятельности сердечно-сосудистой и нервной систем.

Источником инфекции является больной человек с клинически выраженной или бессимптомной формой гриппа. Важную роль в передаче инфекции играют больные со стертой формой инфекции, переносящие заболевание «на ногах».

Какие органы чаще всего поражает вирус гриппа?

ОСЛОЖНЕНИЯ ПОСЛЕ ГРИППА

Отит, гайморит

(воспаление уха, придаточных пазух носа)

Менингит

(воспаление мозговой оболочки)

Трахеит (воспаление трахеи)

Миокардит

(воспаление сердечной мышцы)

Пневмония, бронхит

(воспаление легких, бронхов)

Гломерулонефрит

(воспалительное поражение клубочкового аппарата почек)

Наиболее часто встречаются осложнения со стороны **дыхательной системы**, на втором месте органы **сердечно-сосудистой системы** и органы **кроветворения**, также встречаются осложнения со стороны **нервной и моче-половой систем**.

Для кого особенно опасны осложнения гриппа?

В группе риска по неблагоприятному исходу заболевания находятся дети до года и взрослые старше 60 лет с сопутствующими заболеваниями органов дыхания, сердечно-сосудистой системы и эндокринной патологией, у которых возможен летальный исход из-за осложнений ранее имевшихся заболеваний.

Осложнения гриппа делятся на 2 группы:

1. Связанные непосредственно с течением гриппа.

Это геморрагический отек легких, менингит, менингоэнцефалит, инфекционно-токсический шок.

2. Возникшие в результате присоединения бактериальной инфекции.

Наиболее опасное и частое осложнение – это **пневмония**. Пневмония может быть как первичной, которая развилась сразу, так и вторичной – возникшей на фоне присоединения бактериальной инфекции. Бактериальные агенты, наиболее часто вызывающие вторичную пневмонию, – пневмококк и стафилококк. Такие пневмонии развиваются в конце первой – начале второй недели заболевания. Вирусная пневмония может протекать совместно с бактериальной, присоединившейся позднее.

Еще одним смертельно опасным осложнением гриппа считается **острый респираторный дистресс-синдром**, заключающийся в нарушении барьерной функции легочной ткани. На фоне данного осложнения возникает серьезнейшая дыхательная недостаточность, нередко несовместимая с жизнью.

Не менее опасными осложнениями являются отит, синусит, гломерулонефрит, гнойный менингит, сепсис.

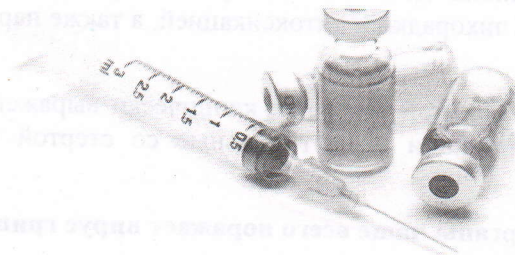
Токсическое поражение сердечной мышцы, как осложнение гриппа, особенно опасно для пожилых людей.

Поражение центральной нервной системы проявляется менингеальным синдромом, спутанным сознанием, головной болью, рвотой.

О поражении периферической нервной системы свидетельствуют радикулярные и другие невралгические боли.

При развитии отека мозга, геморрагического энцефалита у больного наблюдаются судороги, расстройство сознания. Такие осложнения нередко приводят к смерти вследствие остановки дыхания.

Профилактика гриппа:



Единственным надежным средством профилактики гриппа является вакцинация. Оптимальным временем проведения вакцинации против гриппа является период с сентября по ноябрь.

Профилактика осложнений.

Если по каким-либо причинам вакцинацию провести не удалось, - строжайшим образом соблюдайте правила личной гигиены. Во время подъема уровня заболеваемости гриппом постарайтесь не посещать общественные места, не контактируйте с заболевшими.

В случае подозрения у себя вирусной инфекции, в течение ближайших 48 часов обратитесь к врачу.

Не пренебрегайте лечением, которое назначил Вам врач, своевременно принимайте назначенные лекарственные средства.

Обязательным пунктом в профилактике развития осложнений является соблюдение постельного режима во время болезни.

Причиной смерти от вируса гриппа является несвоевременное обращение за медицинской помощью и отказ от лечения.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»)

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Рубцовске, Рубцовском, Егорьевском, Поспелихинском, Краснощековском, Курьинском, Новичихинском и Шипуновском районах»

Карантин по гриппу – что это такое?



Карантин по гриппу и ОРВИ - что это такое?

Ежегодно, в осенне-зимний период, с установлением минусовых температур начинается рост числа заболевших острыми респираторными вирусными заболеваниями. Это ожидаемый, и в некотором роде неизбежный процесс. В крупных городах, где большая концентрация населения способствует быстрому распространению инфекций, для недопущения эпидемий нередко используется карантин. Давайте разберемся, что же такое «карантин».

Что такое карантин?

Карантином сегодня называют комплекс различных мер (в основном - ограничительных), которые направлены на недопущение массового распространения инфекционного заболевания. Чаще всего это ограничение контактов (вплоть до временной изоляции) между заболевшими инфекционным заболеванием и здоровыми людьми, или отделение больных от здоровых.

А как переводится слово карантин?

Это итальянское слово, quaranta (каранта) - переводится как «сорок», а карантинном называли отрезок времени, равный сорока дням.

Когда был объявлен самый первый карантин?

Точная дата нам неизвестна, но карантинные мероприятия (отделение больных от здоровых) для недопущения развития эпидемий эмпирически применялись людьми с незапамятных времен. К примеру, еще в Ветхом Завете были описаны правила изоляции больных проказой.

Собственно термин «карантин» возник в Венеции, в 14 веке, когда в мире бушевали смертоносные эпидемии чумы и оспы. Так называли сорокадневный временной промежуток, в течение которого суда, прибывающие из мест, охваченных эпидемией, не допускались в порт, и должны были дрейфовать в прибрежных водах, а их экипажу запрещалось любое общение с берегом. Если по истечении срока вся команда корабля оставалась жива и здорова, судну разрешалось причалить.

Но почему именно 40 дней, а не 30 и не 60?

Просто в 14 веке посчитали, что инкубационный период самых опасных в то время заболеваний чумы и оспы длится именно 40 дней. Как оказалось в дальнейшем, этот срок был избыточным, однако, такая «венецианская» модель карантина применялась повсеместно вплоть до 19 века. И только с развитием микробиологии сроки карантина стали варьировать, в зависимости от особенностей той или иной инфекции.

Давайте вернемся в наше время. Сейчас чума и оспа не представляют опасности, но каждую зиму, в школах, в детских садах объявляют карантин, и чаще всего «по гриппу». От чего зависит - будет карантин или нет?

Да, сейчас самая частая причина, по которой вводится карантин, — это респираторные инфекции, с воздушно-капельным путем распространения (ОРВИ и грипп). При таких заболеваниях, главное значение имеет скорейшая изоляция болеющих детей, прекращение всех контактов со здоровыми. Конечно, правила есть. Так, при единичном случае заболевания карантин не объявляется, он будет, только если заболели одновременно 20 % детей в одной группе (классе) или 30 % в детском саду (школе).

Вот, карантин объявлен, а его срок от чего зависит?

Длительность карантина зависит от инкубационного срока того инфекционного заболевания, по поводу которого был объявлен. Ограничительные мероприятия при гриппе, ОРВИ могут длиться от 5 дней до 4-6 недель.

Какие правила надо соблюдать во время карантина?

Все правила направлены на предупреждение контактов между заболевшими и здоровыми детьми. Так, в детском саду, нельзя гулять на участках других групп; участвовать в массовых мероприятиях; проводить музыкальные или физкультурные занятия вне группы. При этом обязательно проводить влажную уборку два раза в день; кварцевать помещения; мыть посуду и игрушки с применением дезинфицирующих средств; проветривать помещения чаще, чем обычно.

Как быть родителям здорового малыша, которого не допускают в садик по причине карантина? Какую справку надо предоставить родителям на работу?

В поликлинике надо взять справку у врача-эпидемиолога. На основании этого документа лечащий врач вашего ребенка в поликлинике выдаст родителю больничный по карантину. Однако, если ребенок старше семи лет, так поступить уже не получится, но можно взять отпуск за свой счёт, или, по договорённости с работодателем, работать дома.

Что делать после карантина?

Если ребенок не посещал детский сад или школу в дни ограничительных мероприятий (не важно, был он болен или нет), то нужна справка от врача о состоянии здоровья.

Можно сказать, что карантин для здоровых детей - дополнительные каникулы?

Нет, важно понимать, что школы закрывают для посещения, но обучение у детей не прекращается — задания для самостоятельного изучения они получают дистанционно, чтобы не отставать от учебной программы и впоследствии не остаться без весенних каникул.

Насколько серьезно заболевание гриппом?

Повышенное внимание к профилактике и своевременному лечению гриппа обусловлено высокой вероятностью развития опасных для здоровья и жизни осложнений, среди которых наиболее встречаются тяжелые бактериальные пневмонии, приводящие к летальному исходу.

Внелёгочные осложнения гриппа: бактериальные риниты, синуситы, отиты, трахеиты, энцефалит, менингит, неврит, радикулоневрит, поражение печени, миокардит, токсико-аллергический шок.

Чаще всего летальные исходы при гриппе наблюдаются среди детей младше 2 лет и пожилых людей старше 65 лет.

Есть ли надежное средство защиты против гриппа?

Ответ:

Надежное и эффективное средство профилактики гриппа – ежегодная вакцинация. Вакцинация позволяет защитить организм человека от гриппа при условии своевременного ее проведения – за 2-3 недели до начала подъема заболеваемости.



Какая альтернатива вакцинации против гриппа в случае невозможности ее проведения по медицинским показаниям?

Ответ:

В случае невозможности проведения вакцинации необходимо соблюдать меры профилактики гриппа:

- после каждой поездки в общественном транспорте, по приходу домой, необходимо тщательно вымыть руки. Если возможности вымыть руки нет – рекомендуется иметь при себе антибактериальные влажные салфетки или антибактериальный гель.



- не следует прикасаться грязными руками к лицу, слизистым оболочкам рта, носа.
- избегайте мест скопления людей.
- если вы почувствовали недомогание, первые признаки заболевания уже появились – в общественных местах используйте маску для того, чтобы исключить распространение инфекции среди людей. Благодаря маске здоровый человек может защититься от заражения, посещая общественные места в разгар эпидемии.
- если вы все-таки заболели, воздержитесь от посещения работы, мест учебы, оставьте дома заболевшего ребенка. Это не только снизит возможность распространения инфекции, но и уменьшит вероятность развития осложнений, в том числе опасных для жизни.

Что делать, если был контакт с заболевшим гриппом?

Ответ:

Если вы входите в группу повышенного риска по гриппу – обратитесь к лечащему врачу с целью назначения профилактических препаратов. В данном случае необходимо следить за состоянием своего здоровья. При появлении симптомов недомогания – обратиться к врачу и соблюдать его назначения.

Можно ли заболеть гриппом дважды за сезон?

Ответ:

Да, можно в случае, если человек не был привит против гриппа, и оба случая инфекции вызваны разными штаммами вируса.

Можно ли проводить вакцинацию препаратом, приобретенным в прошлом году?

Ответ:

Вакцинироваться против гриппа необходимо препаратом, выпущенным в текущем году, подготовленными специально к этому эпидсезону с учетом прогноза эпидемиологов. В состав вакцины входят те штаммы вируса, которые ожидаются в данном сезоне.

Кому в первую очередь необходимо пройти вакцинацию против гриппа?

Ответ:

- детям с 6 месяцев;
- учащимся 1 - 11 классов; обучающимся в профессиональных образовательных организациях;
- взрослым, работающим по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы);
- беременным женщинам;
- взрослым старше 60 лет;
- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- лицам с хроническими заболеваниями легких, органов сердечно – сосудистой системы, с метаболическими нарушениями и ожирением.

Где чаще всего можно заразиться гриппом?

Ответ: Потенциально опасными являются места массового скопления людей. Это, прежде всего, общественный транспорт, торговые центры, театры и кинотеатры. Так же опасны небольшие, плохо проветриваемые помещения, если есть необходимость длительно находиться в них. Чаще всего это рабочие кабинеты, учебные классы.

Мой коллега не вышел на работу, заболел гриппом, хотя, накануне не производил впечатления больного человека. Есть ли для меня опасность заболеть тоже?

Ответ:

Да, вероятность очень высока, особенно, если вы не прививались от гриппа. Дело в том, что человек начинает распространять вирус еще за 1-2 дня до появления признаков заболевания (в инкубационном периоде). Если Вы тесно общались с ним в это время - Вы в группе риска.

Если я в ближайшие дни сделаю прививку от гриппа - будет ли она эффективна?

Ответ:

К сожалению, в настоящее время (середина декабря) вакцинироваться уже поздно, так как для выработки должного количества защитных антител требуется 2-3 недели, и, желательнее, в это время не встретиться с больным гриппом. Эпидемиологическая обстановка в России на данный момент такова, что это исключить невозможно. Постарайтесь в следующем году вакцинироваться вовремя (оптимально - со второй половины сентября до конца ноября).

Сколько чеснока надо есть для гарантированной защиты от гриппа?

Ответ:

Вынуждены Вас огорчить. Чеснок не способен ни предотвратить заражение, ни облегчить течение гриппа. Действительно, эфирное масло чеснока содержит аллицин - вещество, обладающее мягкой антибактериальной активностью, но оно бессильно против вирусов. Так, что в активном употреблении свежего чеснока в пищу, или вдыхании его паров нет никакого смысла.

Утверждают, что постоянное ношение защитной маски исключает вероятность заражения гриппом, если менять ее каждые 2 часа. Могу ли я менять ее реже?

Ответ:

Действительно, такое мнение очень распространено. Но, защитный потенциал маски весьма преувеличен. Даже при использовании маски по всем правилам, с регулярной заменой на новую каждый час-два вероятность заразиться гриппом будет очень высока при близком контакте с заболевшим человеком. Маска защищает только крупных капель слюны, слизи рассеивающихся вокруг чихающего или кашляющего человека, но, вирусы распространяются и просто с током воздуха беспрепятственно проникая через полотно маски. Вот кому точно следует надевать маску, так это болеющему человеку, при общении со здоровыми людьми, причем надевать ее на краткое время требующееся для беседы, (15-20) минут, после чего использованную маску утилизировать.

Как часто надо мазать нос оксолиновой мазью, для профилактики гриппа?

Ответ:

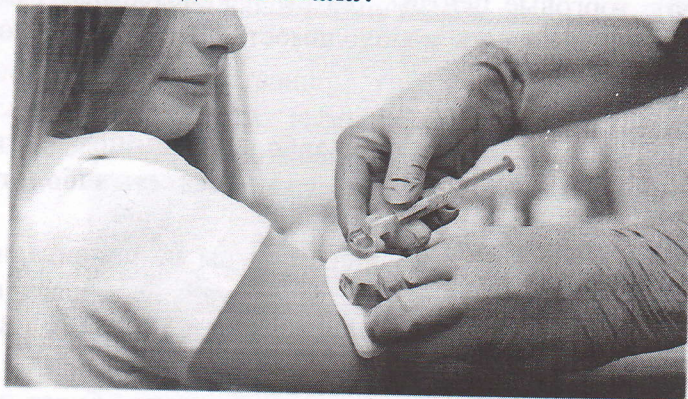
Применение оксолиновой мази не защитит вас от заражения гриппом или ОРВИ. Несмотря на то, что препарат известен уже более 40 лет и активно используется уже несколькими поколениями, следует знать, что противовирусной активностью он не обладает, данный препарат способен только несколько смягчить слизистую оболочку наружных дыхательных путей.

Я заболела, мне поставили диагноз ОРЗ, но я чувствую себя значительно хуже, чем обычно при банальной простуде. Можно ли узнать - не грипп ли это и как?

Ответ:

Диагноз «грипп» можно подтвердить только на основании лабораторного исследования (проведения серологического диагностического теста). В типичных случаях определить грипп или ОРЗ у пациента для врача не представляет затруднений, и диагноз ставится на основании оценки совокупности клинических проявлений заболевания и текущих эпидемиологических данных. Лабораторная диагностика показана только в случаях, когда диагноз вызывает сомнения, при осложненном или нетипичном течении болезни или же в целях эпидемиологического надзора.

В прошлом году я прививалась от гриппа, но все равно болела, и не один раз за зиму. Почему так произошло? Прививка не подействовала?



Ответ:

Важно понимать – прививаясь, Вы не исключаете вероятность простудного заболевания (вирусов, вызывающих ОРЗ существует более 250 разновидностей!). Вакцина эффективна в отношении только вируса гриппа. Прививка стимулирует выработку антител против определенного вида вируса гриппа, и даже если случится так, что Вы все же заболеете - болезнь будет протекать в легкой форме, а вероятность осложнений будет невелика.

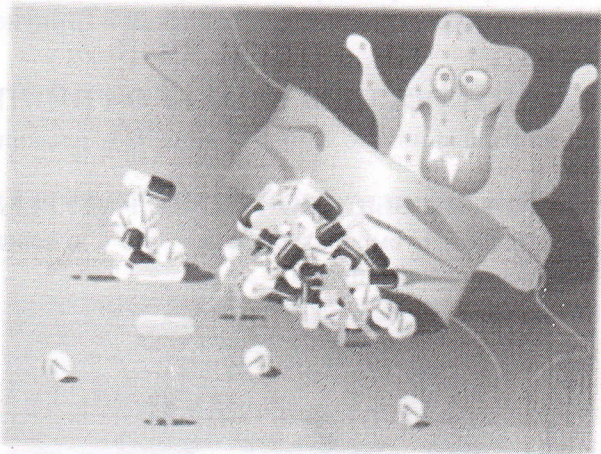
Есть ли смысл при гриппе начинать принимать антибиотики, что бы предотвратить возможные бактериальные осложнения?

Ответ:

Так делать ни в коем случае нельзя! Осложнения, вызванные присоединением бактериальной инфекции после гриппа, даже при его тяжелом течении, развивается далеко не всегда. Необходимость начала антибактериальной терапии определяет только врач! Антибиотики, применяемые без показаний, «про запас», подавляя рост полезной микрофлоры в кишечник, способствуют снижению защитных сил организма, тем самым увеличивая вероятность развития осложнений бактериальной природы.

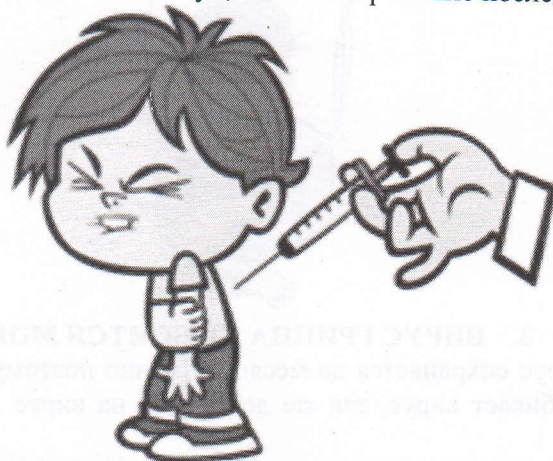
5. ГРИПП НЕ ЛЕЧИТСЯ АНТИБИОТИКАМИ.

Антибиотики действуют только на бактерии. Вирусы ничего общего с бактериями не имеют, следовательно, лечить антибиотиками вирусные заболевания, в том числе грипп, бесполезно. Иногда на фоне ослабленного иммунитета к вирусной инфекции может присоединиться вторичная бактериальная инфекция. И только в такой ситуации врач (и только врач!) может назначить курс антибиотиков.



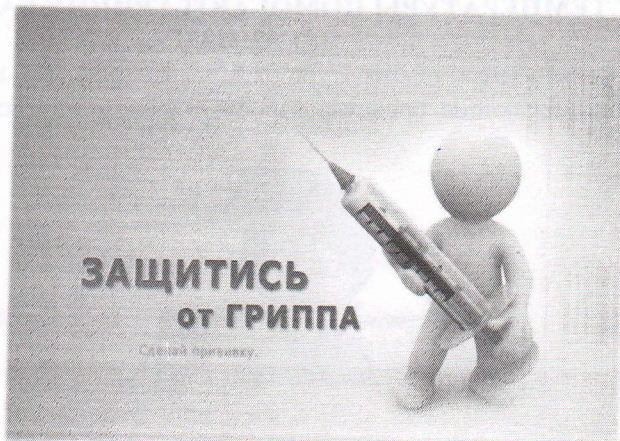
6. ПРИВИВКА ОТ ГРИППА НЕ МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ.

Ни одна вакцина не вызывает типичного заболевания. В процессе вакцинации в организм вводят или ослабленный вирус, или его части. Вирус, содержащийся в вакцине, не может вызвать заболевание, но может стимулировать организм к выработке антител. Поэтому, когда в организм попадает «дикий» вирус, то не нужно время для выработки антител – они уже есть после вакцинации. Антитела связываются с вирусом и таким образом предотвращают инфицирование клетки и размножение вируса. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала. Современные вакцины переносятся легко, и после прививки нет никаких симптомов заболевания. Лишь у некоторых людей может появиться покраснение в месте введения вакцины или незначительно подняться температура. Это, пожалуй, самые неприятные последствия от введения вакцины.



7. ПОСЛЕ НАЧАЛА ЭПИДЕМИИ ВАКЦИНАЦИЮ ПРОВОДИТЬ ПОЗДНО?

Оптимальным временем для проведения вакцинации против гриппа является осенний период – с сентября по ноябрь. Лучше всего прививаться за 2-3 недели до начала предполагаемой эпидемии. Если по каким-либо причинам вакцинация не была проведена вовремя, то ее можно сделать и после начала эпидемии, причем использовать можно только вакцины с неживыми вирусами. Однако, если прививка была сделана тогда, когда человек уже был инфицирован вирусом гриппа, но клинические проявления еще не начались, то вакцинация может оказаться неэффективной.



Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»)

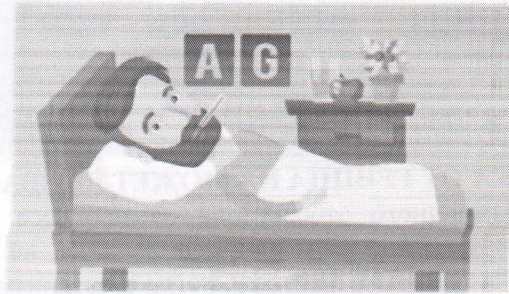
Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Рубцовске, Рубцовском, Егорьевском, Поспелихинском, Краснощековском, Курьинском, Новичихинском и Шипуновском районах»

Интересные факты о гриппе

Остается немного времени до начала нового сезона гриппа. Вот несколько интересных фактов, связанных с этой болезнью.

1. ГРИППА БЕЗ ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ НЕ БЫВАЕТ!

Отличительным признаком гриппа является температура 38,5 – 39,0°C с первых часов болезни. Если у вас не так, скорее всего это инфекция, вызванная другим вирусом.



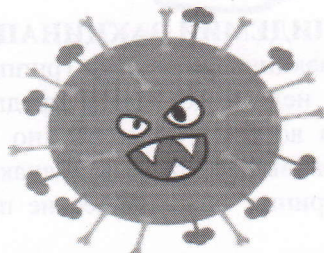
2. ПРИ ГРИППЕ НЕ БЫВАЕТ НАСМОРКА.

В первые дни болезни часто закладывает нос, что связано с интоксикацией организма и отеком зараженных тканей, но насморка не бывает. Только на 3-4 день может появиться классический насморк, причина которого не вирус, а бактерии, которые воспользовались временным ослаблением вашего иммунитета.



3. ВИРУС ГРИППА НЕ БОИТСЯ МОРОЗА.

При температуре около нуля вирус сохраняется до месяца. Именно поэтому пик заболеваемости приходится на оттепели. Зато обычное мыло убивает вирус, так же действуют на вирус гриппа высушивание и температура выше 70°C.



4. ТАБЛЕТКИ ОТ ТЕМПЕРАТУРЫ ПОМОГАЮТ ГРИППУ РАСПРОСТРАНЯТЬСЯ ПО ОРГАНИЗМУ.

Ведь нормальная или слегка повышенная температура тела – это рай для вируса. При удовлетворительном самочувствии принимать жаропонижающие средства взрослым рекомендуется только при температуре выше 39°C, детям – 38,5°C.

