ГРИПП: ПОСТАВЬТЕ ПРИВИВКУ!

Грипп часто воспринимается как обычная простуда, однако, его последствия недооцениваются. Гриппом может заболеть любой человек. Быть здоровым, заниматься спортом и чувствовать себя хорошо, это не значит быть защищённым от гриппа. Некоторые люди болеют гриппом всего лишь несколько дней, но многие заболевают серьёзно, может развиться очень тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов. При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений: пневмония, бронхит, отит, синусит, ринит, трахеит, миокардит, перикардит, менингит. Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа.

Вакцинация — самый эффективный способ защиты от гриппа. Вакцина не вызывает заболевания, так как она содержит неактивные убитые частицы вируса гриппа, которые приводят организм в состояние готовности противостоять угрозе заражения, к тому же, противогриппозные вакцины хорошо переносятся. Эффективность вакцины от гриппа несравнимо выше всех неспецифических медицинских препаратов, которые можно принимать в течение зимних месяцев, например иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины».

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Для создания полноценной защиты после прививки организму необходимо около месяца, а длительность иммунитета составляет около года, поэтому начало осени – это оптимальное время для проведения прививки. Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

Многочисленные исследования последних лет доказывают, что вакцины против гриппа показали свою эффективность во всех возрастных группах — прививки защищают около 80 % здоровых детей и взрослых. Только вакцинация против гриппа обеспечивает предупреждение осложнений заболевания, либо уменьшает их тяжесть, к примеру; среди взрослых уменьшается число госпитализаций по поводу пневмоний на 40%, на 36-69 % снижается частота острого среднего отита, который является распространенным осложнением гриппа у не привитых детей, а среди больных сахарным диабетом -значительно меньше встречается сосудистых осложнений.

Имеющиеся экономические расчеты также убедительно показывают, с точки зрения интересов общества и каждого отдельного человека, вакцинация является экономически оправданной и даже выгодной, да это и понятно, потому, что грипп – это снижение производительности и качества труда, это дезорганизация работы предприятия или учреждения, это оплата больничных листов по уходу за больными детьми. Поэтому руководителям предприятий и организаций гораздо выгоднее обеспечить вакцинацией своих сотрудников, нежели нести убытки от снижения производительности и качества труда, терпеть ущерб от потери конкурентоспособности своей фирмы в наше деловое и динамичное время. Грипп – это вирусное инфекционное заболевание, быстро распространяющееся в рабочих коллективах, а вакцинация 70-80% любого коллектива значительно снижает заболеваемость гриппом в этом коллективе.

Многолетний опыт применения вакцин против гриппа характеризуется хорошей переносимостью, жесткие требования к производству вакцин и отлаженные технологии – гарантия безопасности прививок. Сделать прививку от гриппа можно в поликлинике по месту жительства, для этого нужно обратиться к врачу-инфекционисту или к участковому врачу. Ни в коем случае нельзя вводить вакцину самим, это делает специально обученный персонал в прививочных кабинетах поликлиник! Если вакцинация не была проведена, а «гром грянул» — эпидемия началась, то можно сделать прививку даже в этот период, только использовать нужно инактивированную вакцину. Приобрести такую вакцину можно в аптеках города по рецепту врача.

Для организации вакцинации против гриппа в рабочих коллективах, руководители предприятий и организаций могут обратиться в ту поликлинику, где территориально расположено это предприятие. Возможен выезд медицинских прививочных бригад на это предприятие, для того, чтобы не прерывался трудовой процесс.

Учитывая серьезный характер и широкое распространение гриппа, высокие показатели ежегодной заболеваемости и смертности, вакцинация — это правильный и надежный способ защиты от этой инфекции. Помните, прививаясь от гриппа, вы сохраняете свое здоровье, здоровье своих близких и коллег!

Как избежать заражения гриппом:

· При выходе из дома закладывать в нос оксолиновую мазь;

· Избегать общественного транспорта, лучше пройтись пешком;

· Не переохлаждаться;

· Не посещать места большого скопления людей;

· Чаще употреблять в пищу лук, чеснок или дышать фитонцидами.

При появлении признаков гриппа:

· нарастающая температура,

· головная боль,

· ломота в теле,

· сухой кашель,

оставайтесь дома и вызовите врача!

В первые сутки начинайте принимать противовирусные препараты и парацетамол. Аспирин принимать категорически запрещено. Пейте больше жидкости: чай с медом и лимоном, морсы, компоты.

.

Ежегодно в школе проводится бесплатная вакцинация против гриппа учащихся с 1 по 11 классы.

Памятки:

1. Как защитить себя от свиного гриппа (pdf, 205 кб.)

2. Профилактика во время эпидемического подъема заболеваемости ОРВИ и ГРИППом (jpf, 169 кб.)