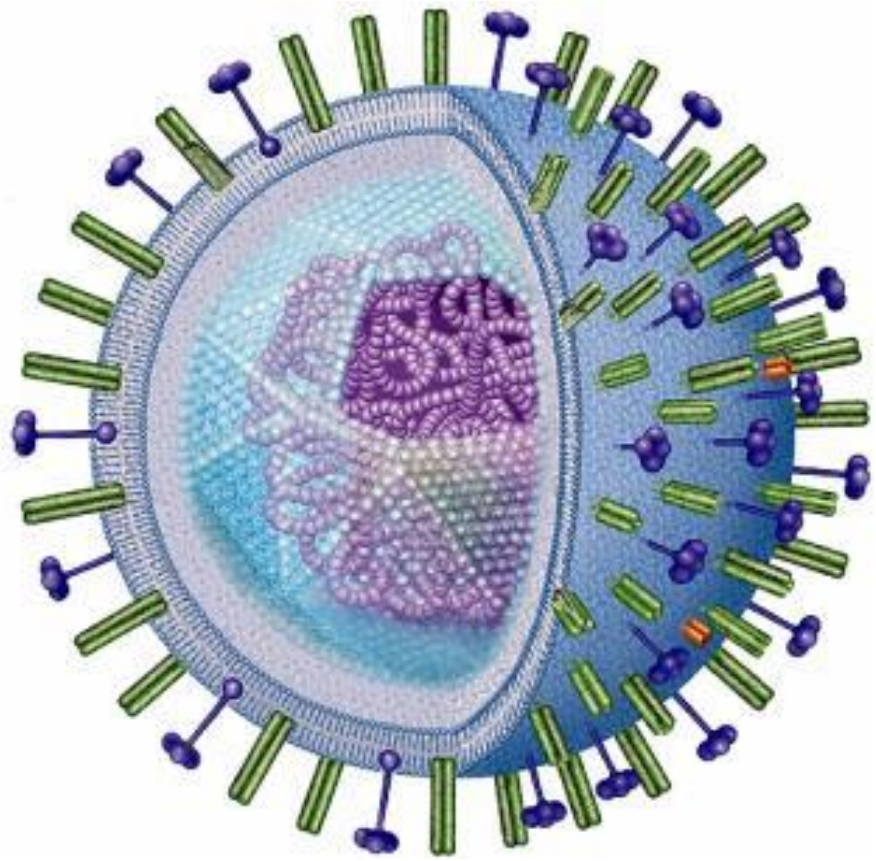
Грипп. Профилактика. Вакцинация

ГОАУЗ МЦРБ – Ковдорская бодьница, ДШО



Грипп — острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Периодически распространяется в виде эпидемий и пандемий

В настоящее время выявлено более 2000 вариантов вируса гриппа, различающихся между собой антигенным спектром. По оценкам ВОЗ, от всех вариантов вируса во время сезонных эпидемий в мире ежегодно умирают от 250 до 500 тыс. человек (большинство из них дети и люди старше 65 лет), в некоторые годы число смертей достигало миллиона.

Нередко словом «грипп» в обиходе также называют любое острое респираторное заболевание (ОРВИ), что ошибочно, так как кроме гриппа на сегодняшний день описано ещё более 200 видов других респираторных вирусов (аденовирусы, риновирусы и др.), вызывающих гриппоподобные заболевания у человека.

ПУТИ ПЕРЕДАЧИ

Чтобы максимально защититься от инфекции, необходимо знать, как передаётся грипп. Вирус легко передается, в зависимости от штамма, либо от человека к человеку, либо (гораздо реже) от животного (птицы) к человеку.

Наиболее распространенным путем передачи гриппа является воздушно-капельный (через слизистые верхних дыхательных путей, глаз). Более редкий, хотя тоже возможный, путь передачи гриппа — через предметы обихода, дверные ручки, игрушки и т.д.

Во время разговора, кашля, чихания из носоглотки больного выбрасываются частицы слизи, слюны или мокроты, зараженные вирусом гриппа на расстояние до 7 м. А вокруг инфицированного человека на короткий период времени образуется «облако» с большой концентрацией аэрозольных частиц, дальность рассеивания которых обычно составляет до 2-3 метров.

Если больной будет чихать, прикрывая нос и рот, то количество болезнетворных частиц уменьшится уже на 40-70%, следовательно, будет снижена концентрация вируса гриппа в воздушной среде.

Вирус гриппа обладает высокой устойчивостью и может **сохраняться во внешней среде до трех недель**, следовательно, всегда есть опасность активизации «второго» пути распространения гриппа — контактно-бытового. Инфицирование может происходить через предметы обихода, детские игрушки, белье и посуду.

Поэтому в доме, где кто-то переболел гриппом, даже если остальные члены семьи остались здоровы, необходимо провести влажную уборку мыльно-содовым раствором, во избежание «запоздалого» заражения вирусом.

СИМПТОМЫ

Инкубационный период заболевания от **2-3** до **5-6 суток** (не заболели через 7 дней после контакта – заболевание уже маловероятно).

Наиболее ярким и характерным проявлением гриппа является **повышенная температура тела**, которая очень быстро достигает отметок **38,5-40** °С и сохраняется в течение **3–5–10 дней**.

Другими признаками гриппа могут быть:

озноб;

головная боль;

общая слабость;

слезотечение;

мышечные боли;

ломота в суставах;

повышенное потоотделение;

отсутствие аппетита;

ощущение сухости в носу и глотке;

першение в горле;

сухой, напряженный кашель;

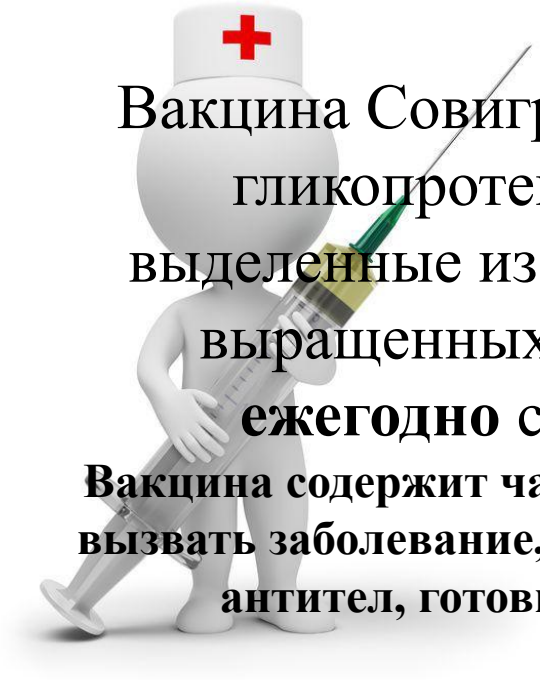
боль в загрудинной области

Профилактика гриппа

1) Вакцинация
2) Чаще мыть руки, особенно перед едой
3) Носить маску
4) Не трогать лицо руками
5) Промывать нос
6) Уборка помещений
7) Ограничить по максимуму места, где находится много людей
8) Здоровый образ жизни

- достаточное и разнообразное питание
- эмоциональный комфорт
- общее укрепление организма (занятия спортом, гимнастикой, закаливание)

ВАКЦИНАЦИЯ



Вакцина Совигрипп представляет собой поверхностные гликопротеины(гемагглютинин и нейрамидазу), выделенные из очищенных вирусов гриппа типа А и В, выращенных на куриных эмбрионах. **Изменяется ежегодно** с учетом ожидаемого штамма вируса

Вакцина содержит частицы инфекционного агента – белки, не способные вызвать заболевание, но способные стимулировать организм к выработке антител, готовых противостоять вирусам гриппа сразу после инфицирования.

Не привитым на выработку антител необходимо до 4-5 дней.

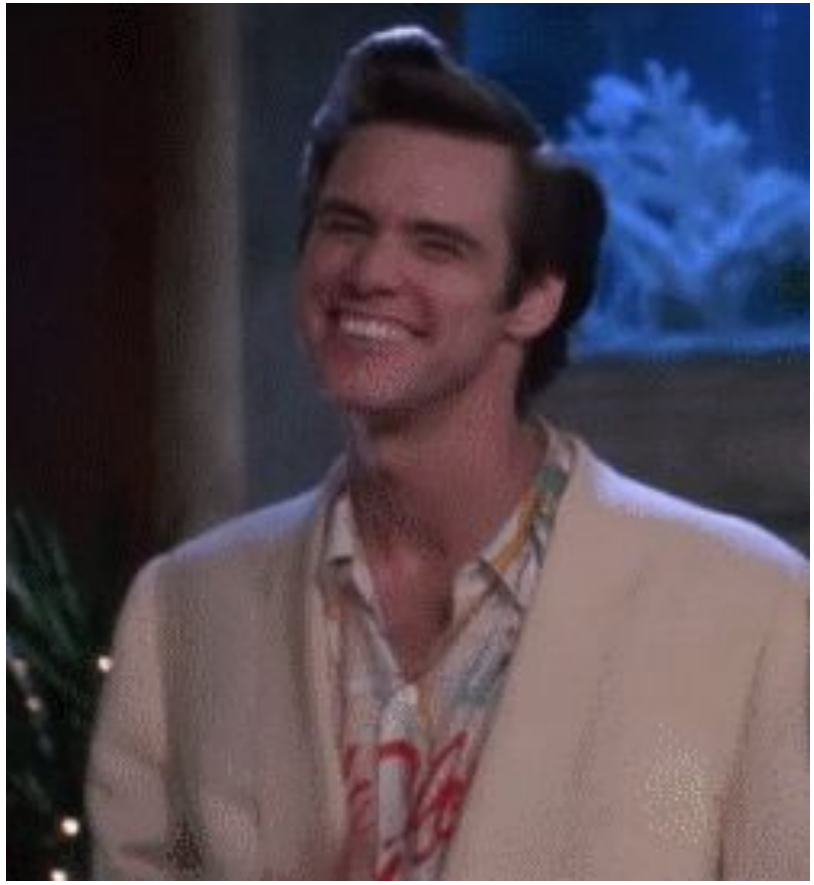
(НЕ СОДЕРЖИТ ЖИВОГО ВИРУСА, СПОСОБНОГО ВЫЗВАТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ!!!)

Назначение вакцины

Специфическая профилактика гриппа у детей с 6-ти месячного возраста, подростков и взрослых без ограничения возраста.

Самый высокий риск развития осложнений гриппа угрожает детям, особенно раннего возраста, взрослым старше 65 лет, а так же страдающим хроническими заболеваниями легких, сердца, почек, диабетом, сниженной иммунной активностью.

Защитный эффект после вакцинации, как правило, наступает **через 8-12 дней** и сохраняется в течение **12 месяцев**. Иммунизация против гриппа **проводится ежегодно**. С целью создания иммунитета вакцинацию против гриппа рекомендуется **проводить до сезонного подъема** заболеваемости, поэтому период **с августа по октябрь** являются наиболее благоприятными для проведения вакцинации против гриппа.



Лечение гриппа

- Лечение необходимо начать как можно раньше с приема одного из препаратов интерферонового ряда , которые наиболее эффективны в первые 48 часов заболевания
- Обильное питье
- Прием жаропонижающих при очень высокой температуре (аспирин не рекомендуется из-за высокого риска тяжелого поражения нервной системы, печени)
- Самолечение возможно только до прихода врача

НЕ БОЛЕЙТЕ!