

Информация для населения

Вакцинация от гриппа!

Поликлиника Емельяновской районной больницы приглашает всех желающих пройти вакцинацию против гриппа. Прививка формирует высокий специфический иммунитет против сезонного гриппа.

Вакцинопрофилактика проводится бесплатно.

Для прохождения вакцинации против гриппа необходимо обратиться в регистратуру поликлиники Емельяновской районной больницы, ежедневно в рабочие дни с 12 ч. 30 мин. до 18 ч. 00 мин. В субботу – с 08 ч. 00 мин. до 14 ч. 00 мин.

Вакцинация против гриппа: почему это важно

Скоро осень, значит начнется ежегодная вакцинация против гриппа. Зачем прививаться от гриппа и нужно ли это делать во время пандемии Covid-19? Рекомендации и объяснения начальника эпидемиологического отдела КГБУЗ "ККЦОМД № 2" М.В.Яровой.

Почему надо прививаться от гриппа?

Начнем с того, что грипп - это острая респираторная вирусная инфекция или, иначе называемая, ОРВИ. Защищаться от гриппа необходимо, потому что болезнь иногда проходит очень тяжело, а в некоторых случаях может закончиться смертельным исходом! Согласно последним оценкам, ежегодно от респираторных заболеваний в мире умирает более 600 тысяч человек.

Если грипп проходит не в тяжелой форме, он длится неделю, в течение этого времени заболевшего мучают головные и мышечные боли, боль в горле и насморк, а кашель может сохраняться несколько недель. Больной находится дома на карантине, и, по сути, что называется «выпадает» из жизни.

Зачем прививаться если редко болеешь?

Даже если у человека прекрасный иммунитет, то все равно вам следует сделать прививку, чтобы не давать вирусам гриппа распространяться. Грипп очень воздушная зараза, легко и свободно передается воздушно-капельным путем, так что если вы и не болеете, то, вполне возможно являетесь вирусоносителем. Кроме того, грипп также может оставаться на руках. Идеальные места для распространения те, где есть большие скопления людей: детский сад, школа, детская площадка, мероприятия. Но, привиться могут не все. Нельзя прививаться из-за противопоказаний, если вы находитесь в зоне риска. В то же время, предотвратить эпидемию можно, создав «коллективный иммунитет», когда большая часть популяции привита, и вирусу просто некого заражать.

Немаловажную роль играет гигиена. Частое мытье рук, использование одноразовых носовых платков при чихании и кашле и социальное дистанцирование поможет вам не заболеть. Но если вы все-таки заразились, то оставайтесь дома и сразу же вызовите врача.

Стоит ли прививать детей и пожилых людей?

Однозначно — да. Ребятишки до 5 лет и люди преклонного возраста относятся к группе риска наряду с беременными женщинами, людьми с угнетенным иммунитетом и людьми с хроническими заболеваниями. Болезнь у них чаще проходит в тяжелой форме и может закончиться летальным исходом.

Важно понимать, что после того, как вы переболеете гриппом, организм еще будет ослаблен, и переболеть Covid – 19 будет еще сложнее. Берегите себя, получайте прививки вовремя и не болейте.

Грипп.

Острые респираторные инфекции – наиболее частые заболевания в весенне-осенний периоды. Причиной заболеваний являются вирусы гриппа, парагриппа, аденовирусы, риновирусы.

Пути передачи инфекции: воздушно-капельный и бытовой (заражение через предметы обихода, туалетные принадлежности, детские игрушки, белье, посуду и т.д.). Вирус в воздухе сохраняет заражающую способность от 2 до 9 часов. Восприимчивость к инфекции высока и зависит от состояния иммунитета человека. Возможно и повторное заболевание, что особенно часто отмечается у ослабленных детей.

Для гриппа характерно очень быстрое развитие клинических симптомов. Температура тела достигает максимальных значений (39°C–40°C) уже в первые 24–36 часов. Появляется головная боль, которая локализуется преимущественно в лобно-височной области, боль при движении глазных яблок, светобоязнь, боль в мышцах и суставах, нередко возникает тошнота или рвота. Сухой, заложенность носа появляются, как правило, через несколько часов от начала болезни.

Самая большая опасность, которую влечет за собой грипп — это возможные осложнения, проявляющиеся обострением сердечных и легочных заболеваний. У ослабленных и часто болеющих детей возможно развитие воспаления легких.

Профилактика гриппа и ОРВИ

В период эпидемий (особенно при опасных разновидностях гриппа, таких, как свиной грипп) необходимо:

- соблюдать режим учебы и отдыха, не переутомляться, больше бывать на свежем воздухе, спать достаточное время и полноценно питаться;
- делать утреннюю гимнастику и обливание прохладной водой, заниматься физкультурой;
- при заболевании родственников по возможности изолировать их в отдельную комнату;
- тщательно мыть руки перед едой, по возвращении с улицы, а так же после пользования общими предметами, если в семье есть заболевший (огромная часть микробов передается через предметы общего пользования — перила в транспорте, продукты в супермаркетах и, конечно, денежные банкноты);
- часто проветривать помещение и проводить влажную уборку, спать с открытой форточкой, но избегать сквозняков;
- ограничить посещение многолюдных мест (театров, кино, супермаркетов) и массовых мероприятий, где из-за большого скопления народа вирус очень быстро распространяется;
- в период эпидемии промывать нос и полоскать горло рекомендуется не реже 2-3 раз в сутки.

Вакцинация - наиболее эффективная мера борьбы с гриппом.

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путем выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений.

Вакцины нового поколения разрешено применять как у взрослых, так и у детей. Вакцины подтвердили свою высокую результативность и отличную переносимость. Это особенно важно для детей с хроническими заболеваниями органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, патологией центральной нервной системы.

Прививку против гриппа лучше проводить осенью перед началом гриппозного сезона, чтобы у человека выработался иммунитет. В среднем для обеспечения надежной защиты от гриппа требуется 2-3 недели, а ослабленным людям - 1 – 1,5 месяца.

Прививка, сделанная в прошлом году, не защитит от гриппа, так как приобретенный иммунитет не продолжителен.

Общие принципы лечения гриппа и ОРВИ

1. Необходимо отметить, что **самолечение при гриппе недопустимо**, особенно для детей и лиц пожилого возраста. Предугадать течение гриппа невозможно, а осложнения могут быть самыми различными. Только врач может правильно оценить состояние больного. Поэтому необходимо сразу вызвать врача. **Лекарственные препараты должен назначить врач.** Какие медикаменты нужны ребенку - решает врач в зависимости от состояния организма. Выбор и назначение лекарств зависят также от признаков и тяжести заболевания.
2. Режим больного должен соответствовать его состоянию - постельный в тяжелых случаях, полупостельный при улучшении состояния и обычный - через один-два дня после падения температуры. Температура в комнате должна быть 20-21°C, а во время сна - ниже; частое проветривание облегчает дыхание, уменьшает насморк.
3. Не спешите снижать температуру, если она не превышает 38°C, так как это своеобразная защитная реакция организма от микробов.

4. Питание не требует особой коррекции. Если ребенок не ест, не надо настаивать - при улучшении состояния аппетит восстановится.
5. Питьевой режим имеет немаловажное значение. Больной теряет много жидкости с потом, при дыхании, поэтому он должен много пить: чай, морсы, овощные отвары. Растворы для приема внутрь, продающиеся в аптеках, лучше давать пополам с чаем, соком, кипяченой водой.
6. Повторный вызов врача необходим при: сохранении температуры выше 38°C в течение двух-трех дней после начала лечения.