

ГРИПП и его профилактика

Грипп - мощная инфекция, поражающая большое количество людей за относительно короткое время. По скорости распространения ни одна инфекция не может с ним сравниться. Ежегодно в Тульской области регистрируется от 250 до 300 тысяч случаев заболеваний гриппом и острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ), т.е. переболевает каждый пятый житель области. Велик и экономический ущерб от этих массовых заболеваний. Каждый год в мире от гриппа и ОРВИ умирают около 5 млн. человек.

Основные места распространения инфекции – это места массового скопления населения: **пассажирский транспорт, вокзалы, поликлиники, школы, детские сады, торговые центры, зрелищные учреждения и т.д.**

Характеристика заболевания

Подвержены заболеванию люди всех возрастов, но особенно **дети, лица пожилого возраста** и те, кто страдает тяжелыми хроническими заболеваниями.

Заболевание сопровождается **высокой температурой, кашлем, насморком, слезотечением, появлением головных и мышечных болей, но самое опасное – это осложнения со стороны различных органов и систем.** Не случайно эпидемии и даже слабые сезонные вспышки сопровождаются ростом обострений сердечных и легочных заболеваний и иногда приводят к смертельным исходам.

Источником инфекции при гриппе является больной человек. Передача вируса осуществляется через воздух при разговоре, кашле, чихании. Вирус в воздухе сохраняет заражающую способность от 2 до 9 часов. Чем выше концентрация вируса в помещении, тем больше шансов заразиться.

Размножается вирус в верхних дыхательных путях и уже через 24-48 часов у заболевшего отмечаются катаральные явления с момента появления первых клинических симптомов **больной остается заразным в среднем 5 дней.** Нередко больные люди продолжают работать, пользуются общественным транспортом, являясь при этом источником инфекции. Такое поведение приносит вред не только больному, но и окружающим людям.

Как защитить себя от гриппа

В борьбе с гриппом решающее значение имеет **вакцинация**, поскольку она не только резко снижает уровень заболеваемости, но и значительно смягчает течение инфекции, предупреждает возникновение тяжелых осложнений и смертельных исходов.

Прививку против гриппа необходимо проводить осенью, до начала гриппозного сезона, лучший период – сентябрь, ноябрь. В среднем для

выработки иммунитета требуется 2-3 недели, а ослабленным людям 1-1,5 месяцев.

Прививки от гриппа делаются ежегодно. Это связано с несколькими причинами. Во-первых, сформировавшийся после вакцинации иммунитет сохраняется на защитном уровне в течение года. Во-вторых, вирусы гриппа очень изменчивы по своей генетической

структуре, поэтому вакцины во всех странах готовятся ежегодно на основе тех вариантов вирусов, которые будут циркулировать среди населения. Рекомендуемые для состава вакцин варианты вирусов гриппа определяет Всемирная организация здравоохранения.

В соответствии с законодательством в нашей стране вакцинация детей до 18 лет, отдельных контингентов взрослого населения (медработники, педагоги, работники транспорта, коммунальной сферы и другие), лиц старше 60 лет осуществляется за счет средств федерального бюджета. Другим категориям граждан прививки проводятся за счет средств предприятий, организаций, областного бюджета, а также личных средств граждан.

В настоящее время населению предлагается широкий ассортимент вакцин, которые зарегистрированы в России. Все вакцины безопасны и высокоэффективны.

Важное значение в профилактике гриппа и других острых респираторных инфекций имеют и неспецифические средства, к которым относятся: прогулки на свежем воздухе, занятия физкультурой, недопущение переохлаждения организма, полноценное витаминизированное питание, отказ от курения и алкоголя. В помещениях, где находятся люди, необходимо обеспечить оптимальный температурный режим, своевременно проветривать и проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств.

Помните - профилактика всегда дешевле лечения и позаботиться о ней стоит заранее.

Вакцинация нужна людям!

Иммунизация – это глобальное общественное благо.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) массовое проведение прививок (**вакцинация**) позволяет ежегодно предотвратить в мире до **180 млн.** случаев тяжелых инфекционных заболеваний.

В настоящее время в большинстве стран, в том числе и в России, прививки позволили ликвидировать **натуральную оспу, полиомиелит**, снизить в десятки и сотни раз заболеваемость **корью, дифтерией, столбняком, коклюшем, эпидемическим паротитом, вирусным гепатитом В, гриппом**. А ведь еще полвека назад эти инфекции приводили родителей в ужас, так как нередко они заканчивались гибелью или инвалидностью детей. Почти 3 миллиона человек (в том числе 2 миллиона детей) умирают ежегодно от смертельно опасных инфекционных заболеваний. **Право на защиту от болезней, которые можно предупредить с помощью вакцинации имеет каждый ребенок и это право определено законодательными и нормативными документами Российской Федерации.**

Во всем мире активно ведутся работы по совершенствованию имеющихся и разработке новых вакцин.

Вакцинопрофилактика была и остается мощным средством предупреждения большого числа инфекционных болезней. Пока не будут найдены более эффективные способы профилактики инфекционных заболеваний, вакцинация будет оставаться ведущей в борьбе с ними.

В чем сила прививок?

Любая прививка включает все механизмы защиты, предохраняющие организм от болезнетворного действия возбудителей, то есть организм становится невосприимчивым к болезни, против которой он привит.

Как прививки влияют на иммунную систему человека

Инфекционные заболевания вызываются бактериями, вирусами и другими болезнетворными микроорганизмами. Практически все люди восприимчивы к возбудителям инфекций, поэтому каждый не привитой человек в течение жизни может переболеть корью, эпидемическим паротитом (свинкой), краснухой, коклюшем и другими инфекциями. Известно, что эти заболевания у взрослых протекают гораздо тяжелее и чреваты различными осложнениями.

Проникновение возбудителя инфекции (**антигена**) в организм человека вызывает иммунный ответ - выработку защитных белковых комплексов (**антител**). Антитела при попадании возбудителя инфекции в организм обезвреживают его, лишают способности к размножению и дальнейшей жизнедеятельности, тем самым, подавляют вредное воздействие возбудителя на организм человека. Этот процесс происходит в период болезни и выздоровления. После перенесенного заболевания в организме вырабатывается иммунитет (невосприимчивость) к возбудителю данной инфекции.

При вакцинации также происходит выработка иммунитета, но это не сопровождается клиническими проявлениями болезни. Поэтому именно **прививки являются самым эффективным и безопасным средством защиты от многих инфекционных заболеваний.**

Правила и порядок вакцинации

В нашей стране порядок проведения профилактических прививок и перечень инфекционных заболеваний, прививки против которых обязательны (**Национальный календарь профилактических прививок**), определены **Федеральным Законом № 157-ФЗ от 17.09.98г. «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».**

Национальный календарь прививок предусматривает бесплатные для населения прививки против туберкулеза, коклюша, дифтерии, столбняка, кори, эпидемического паротита, краснухи, гепатита В, полиомиелита и гриппа (для отдельных контингентов), которые осуществляются за счет финансовых средств федерального бюджета.

Также вакцинация может проводиться по эпидпоказаниям, когда риск возникновения заболевания связан с проживанием на определенной территории или работе в отдельных профессиях. Она осуществляется за счет средств бюджетов органов исполнительной власти области, предприятий, организаций, личных средств граждан и других источников финансирования.

Что нужно знать о вакцинах

Современные вакцины эффективны, безопасны, обладают низкой реактогенностью, поэтому **противопоказания к прививкам ограничены и определить их может только врач.**

Уважаемые родители!

Помните, своевременно прививая ребенка,

Вы защитите его от многих опасных инфекционных заболеваний. Отказываясь от вакцинации,

Вы рискуете здоровьем и жизнью Вашего ребенка!

Грипп

Как защитить себя и других



Прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляешь или чихаешь



Немедленно выбрасывай использованные салфетки



Регулярно мой руки с мылом



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, немедленно обратись к врачу



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, не приближайся к другим людям ближе, чем на 1 метр



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайся дома. Не ходи на работу, в школу, не посещай общественные места



Избегай объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах



Не трогай глаза, нос или рот немытыми руками