Памятка-листовка

Вакцинация как основной метод профилактики и защиты от гриппа

Грипп — инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Возбудителем гриппа является вирус, который передается от человека к человеку. Грипп протекает гораздо тяжелее, чем прочие респираторные инфекции инфекции (внезапное начало с подъема температуры тела до 40^0 С, выраженная интоксикация, озноб, мышечные и головные боли, сухой кашель, слезотечение).

При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания и возможно развитие новых осложнений:

- осложнения со **стороны легких** (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа;
- осложнения со **стороны верхних дыхательных путей** и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит);
- осложнения со стороны **сердечно-сосудистой системы** (миокардит, перикардит);
- осложнения со стороны **нервной системы** (менингит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.

Как защитить себя от гриппа?

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Вирус гриппа постоянно меняется, ежегодно меняется вирусный состав противогриппозных вакцин, поэтому прививаться от гриппа необходимо **ЕЖЕГОДНО.**

Все вакцины, которые будут применяться в этом году для стран северного полушария, по рекомендации ВОЗ содержат вирусы гриппа, которые будут циркулировать в предстоящем сезоне:

- вирус гриппа, подобный A/A/Мичиган/45/2015(H1N1)pdm09,
- вирус гриппа, побобный A/Singapore/INFIMH-16-0019/2016 (H3N2),
- вирус гриппа, подобный B/Colorado/06/2017 (линия B/Victoria/2/87).

Введение в организм вакцины не вызывает заболевание, а выработка защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией.

Сделав прививку от гриппа, мы защищаем свой организм именно от ГРИППА, наиболее опасного и даже в некоторых случаях смертельного вируса.

Иммунизацией достигаются две основные цели: индивидуальная защита привитого человека и формирование коллективного иммунитета среди ра-

ботников. Коллективный иммунитет дает дополнительную степень защиты привитым и снижает вероятность заболевания непривитых членов коллектива.

Но остается ещё более 200 видов респираторных вирусов, которые также могут явиться причиной заболевания другой респираторной инфекцией, простуды. Здесь уже надо применять так называемую неспецифическую профилактику (прием витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины», здоровый образ жизни и т.д.).

В крае по итогам прошедшего эпидемического подъема среди привитых против гриппа не зарегистрировано серьезных осложнений и тяжелых форм заболевания. Летальных случаев среди больных гриппом и ОРВИ не зарегистрировано.

Обязательная вакцинация против гриппа проводится **детям и подросткам, которые много времени проводят в закрытых коллективах**: в домах ребенка, школах-интернатах, дошкольных образовательных учреждениях, школах, ВУЗах.

Рекомендуется прививать против гриппа неорганизованных детей с 6 месяцев.

Среди взрослых в первую очередь иммунизации против гриппа подлежат контингенты групп риска, контактирующие с широким кругом населения и с высоким риском развития осложнений. Это:

- медицинские работники;
- работники образования (работники детских садов, преподаватели школ, техникумов, ВУЗов, учреждений дополнительного образования);
- работники транспорта, коммунальной сферы;
- лица, подлежащие призыву на военную службу;
- лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением;
- лица, проживающие в домах престарелых;
- лица старше 60 лет;
- беременные женщины.

Для всех вышеперечисленных контингентов вакцинация против гриппа осуществляется **бесплатно** в краевых медицинских организациях специально обученным медицинским персоналом, с обязательным осмотром врача перед прививкой.

Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа не рекомендуется делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку.

Через месяц после нормализации температуры и обострения прививку можно ставить.

Привиться против гриппа необходимо осенью, перед началом эпидемического подъема заболеваемости гриппом, т.к. иммунитет формируется 2-4 недели после прививки. Сохраняется иммунитет в течение года.

Те контингенты, которые не вошли в национальный календарь, но также подвержены высокому риску заболевания гриппом (работники сферы

обслуживания, торговли и общественного питания, в т.ч. персонал, работающий в непосредственном контакте с большим количеством населения (работники торгового зала, продавцы, операторы-кассиры, администраторы, охранники) могут привиться за счет средств работодателей, либо за личные средства по договору с любой медицинской организацией.

Не откладывайте вакцинацию, своевременно защитите себя и своих близких от гриппа и его осложнений!

Управление Роспотребнадзора по Алтайскому краю