

ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ!

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской профилактики
Пермский край



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ



**ВАКЦИНАЦИЯ
ЗАЩИТИТ
ОТ ГРИППА!**

- снижает риск заболеть, получить осложнения или даже умереть от инфекционных заболеваний
- инфекции не исчезли, они по-прежнему представляют для нас угрозу
- вакцинация сдерживает распространение болезней, если перестать прививаться - иммунитет ослабнет, инфекции вновь возьмут верх
- отказ от вакцинации приведет к вспышкам болезней, возрастет число больных

НЕ ПОДВЕРГАЙ СЕБЯ ОПАСНОСТИ!

ПОСТАВЬ ПРИВИВКУ - ЭТО МОЖЕТ СПАСТИ ЖИЗНЬ!

WWW.BUDZDOROVPERM.RU



Самое эффективное средство против гриппа – **ВАКЦИНАЦИЯ!**

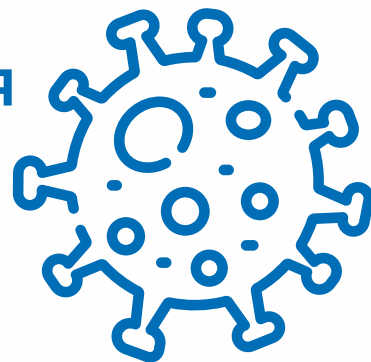


Сделайте прививку в поликлинике по месту прикрепления.



Сегодня, для профилактики вируса используются инактивированные вакцины – классическая защита от гриппа.

ВОЗ подчеркивает, что в связи с пандемией **COVID-19** вакцинация от гриппа особенно важна. Она помогает сформировать коллективный иммунитет.



Интервал между прививками против гриппа и прививками против иных инфекций, в том числе **COVID-19**, должен составлять не менее **30 дней**.



Процедура займет всего немного времени, а иммунитет сохранится до следующей осени!

СИМПТОМЫ ГРИППА:



- ◆ Резкий подъем температуры тела, озноб
- ◆ Головная боль
- ◆ Ломота в мышцах и суставах
- ◆ Боль, першение в горле
- ◆ Сухой кашель
- ◆ Слабость
- ◆ Желудочно-кишечные расстройства (тошнота, рвота, понос)
- ◆ Боль при движении глаз, включая острую реакцию на свет

ПРОФИЛАКТИКА:

- ◆ Регулярно мыть руки с мылом или обрабатывать дезинфицирующими средствами
- ◆ Использовать одноразовые салфетки при чихании и кашле
- ◆ Избегать большого скопления людей
- ◆ Избегать контактов с заболевшими
- ◆ Вести здоровый образ жизни

Что делать, если заболел?

1. Остаться дома
2. Вызвать врача, не заниматься самолечением
3. Использовать средства индивидуальной защиты
4. Пить больше теплой жидкости
5. Проводить влажную уборку дома
6. Проветривать помещение



ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА,
ОЗНОБ**



**ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ**



**ЛОМОТА
В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ**



**БОЛЬ
ПРИ ДВИЖЕНИИ
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ
НА СВЕТ**



**СУХОЙ
КАШЕЛЬ И
ЗАТРУДНЕННОЕ,
УЧАЩЕННОЕ
ДЫХАНИЕ**



СЛАБОСТЬ



**ЖЕЛУДОЧНО-
КИШЕЧНЫЕ
РАССТРОЙСТВА
(ТОШНОТА,
РВОТА, ПОНОС)**



**БОЛЬ/ПЕРШЕНИЕ
В ГОРЛЕ**



ПРОФИЛАКТИКА

**СВОЕВРЕМЕННО
СТАВИТЬ ПРИВИВКУ***

Рекомендувано прививаться всем, начиная с 6 месяцев. Обязательно подлежат вакцинации:

1. медицинским работникам;
2. работникам образовательных организаций;
3. работникам транспорта, коммунальной сферы;
4. беременным женщинам;
5. лица старше 60 лет;
6. лица старшего поколения (заболевания легких, особенно острого характера, частые заболевания, часто госпитализации в СРПБ).

* Т. студент, воспитанник, дети, воспитатели ДОУ.



**РЕГУЛЯРНО МЫТЬ
РУЧКИ С МЫЛОМ ИЛИ
ОБРАБАТЫВАТЬ
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ
СРЕДСТВАМИ**



**ВЕСТИ
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ
ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**



**ИЗБЕГАТЬ
БОЛЬШОГО
СКОПЛЕНИЯ
ЛЮДЕЙ**



**ИЗБЕГАТЬ
КОНТАКТОВ
С БОЛЬНЫМИ**

* Вакцинация от гриппа проводится начиная с 6 - месячного возраста в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок (Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 124н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям»).

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



**ВЫЗВАТЬ ВРАЧА,
НЕ ЗАНИМАТЬСЯ
САМОЛЕЧЕНИЕМ**



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА
И СОВЛЮДАТЬ
ПОСТЕЛЬНЫЙ
РЕЖИМ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ
СРЕДСТВА
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ**



**ПИТЬ МНОГО
ТЕПЛОЙ
ЖИДКОСТИ**



**ПРОВОДИТЬ
ВЛАЖНУЮ
УБОРКУ**



**ПРОВЕТРИВАТЬ
ПОМЕЩЕНИЕ**

ВНИМАНИЕ!

Интервал между прививками против гриппа и прививками против иных инфекций, в том числе COVID-19 должен составлять не менее 30 дней.