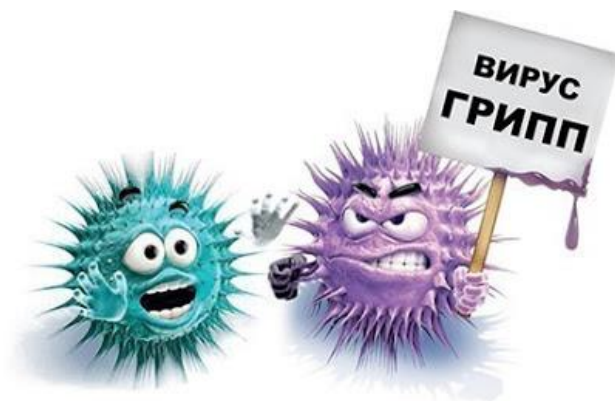


## Что надо знать о сезонном гриппе?

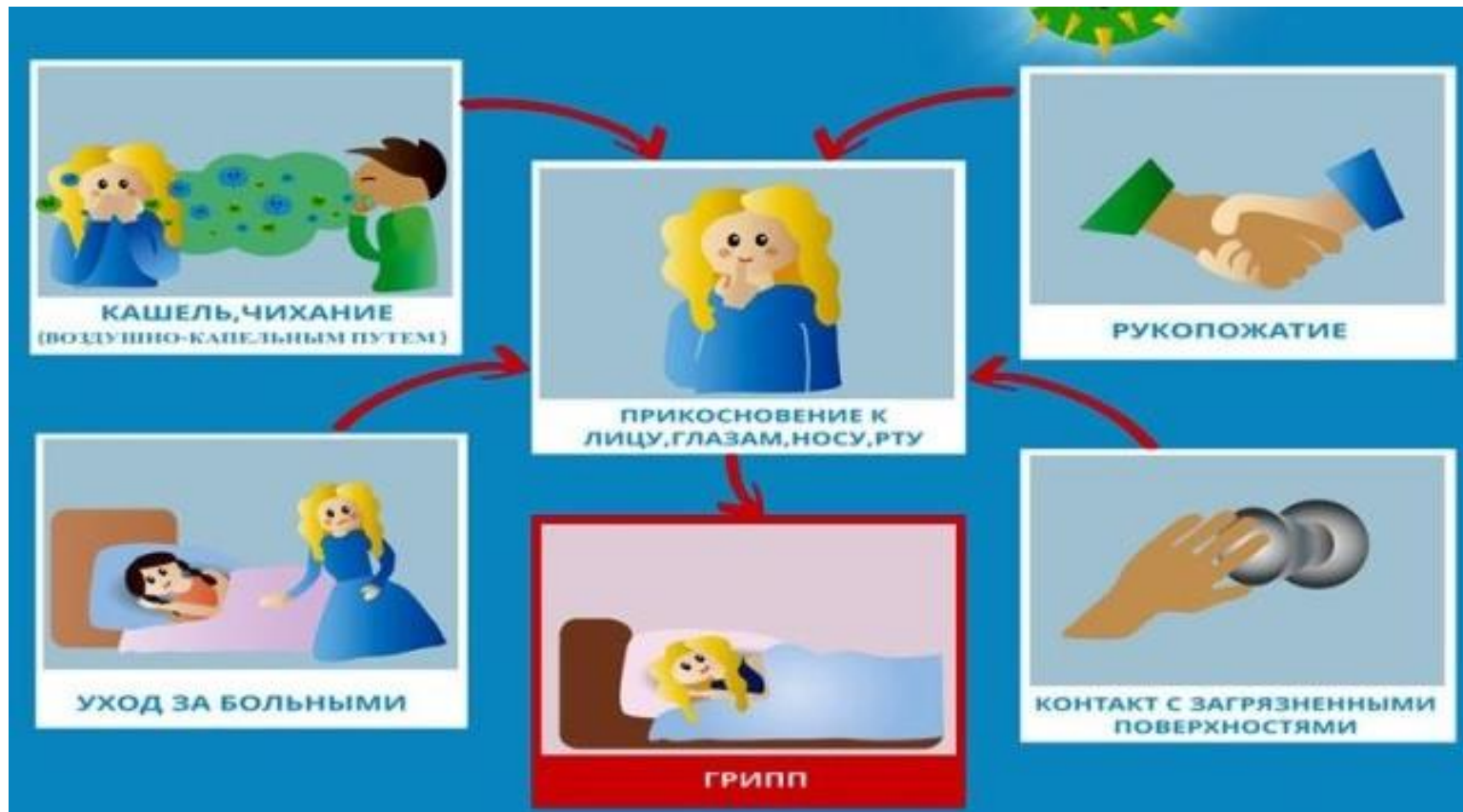


ГБУЗ ПК «Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики»



# Определение

**ГРИПП** - это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус



# Симптомы гриппа

			
<b>РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА, ОЗНОБ</b>	<b>ГОЛОВНАЯ БОЛЬ</b>	<b>ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ</b>	<b>БОЛЬ/ ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ</b>
			
<b>СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ</b>	<b>СЛАБОСТЬ</b>	<b>ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА, РВОТА, ПОНОС)</b>	<b>БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ</b>



# Что делать?

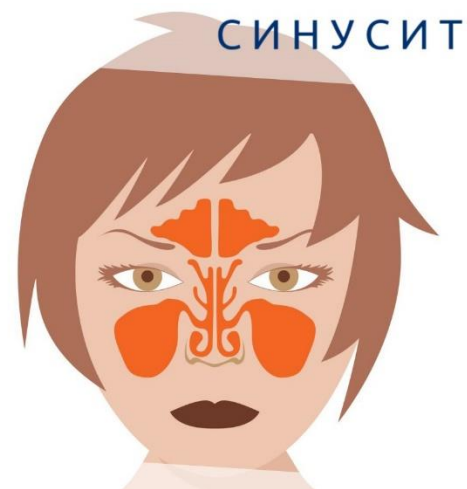
**САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО!**  
Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение

**ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 38 – 39°С** вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи!

**КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ ГРИПП НА НОГАХ!** Это может привести к тяжелейшим осложнениям



# Чем опасен грипп для детей?



# Как защитить ребенка от гриппа?

СПЕЦИФИЧЕСКАЯ  
ПРОФИЛАКТИКА

ВАКЦИНАЦИЯ

ВЫРАБОТКА АНТИТЕЛ

ЗАЩИТА ОТ ГРИППА





# Почему не нужно бояться вакцинации?

7

## СВОЕВРЕМЕННО СТАВИТЬ ПРИВИВКУ\*

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

1. медицинские работники;
2. работники образовательных организаций;
3. работники транспорта, коммунальной сферы;
4. беременные женщины;
5. лица старше 60 лет;
6. лица страдающие заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, часто болеющие ОРВИ;
7. студенты, школьники, дети, посещающие ДОУ.



# Неспецифическая профилактика

				
<b>РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБАТЫВАТЬ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ</b>	<b>ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ</b>	<b>ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ</b>	<b>ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ</b>	<b>ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ</b>





# АНТИСЕПТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА РУК

*Стандартная методика втирания EN-1500*

*Общая продолжительность процедуры 30 секунд*



**1**  
Ладонь к ладони,  
включая запястья



**2**  
Правая ладонь  
на левую тыльную сторону  
кисти и наоборот



**3**  
Ладонь к ладони  
с перекрещенными  
пальцами



**4**  
Пальцы в «замок», тыльной  
стороной пальцев  
растирать ладонь другой руки



**5**  
Кругообразное растирание  
левого большого пальца  
в закрытой ладони правой  
руки и наоборот



**6**  
Кругообразное втирание  
сомкнутых кончиков пальцев  
правой руки на левой ладони  
и наоборот

# Неспецифическая профилактика



• Сбалансированное питание



• Проветривание



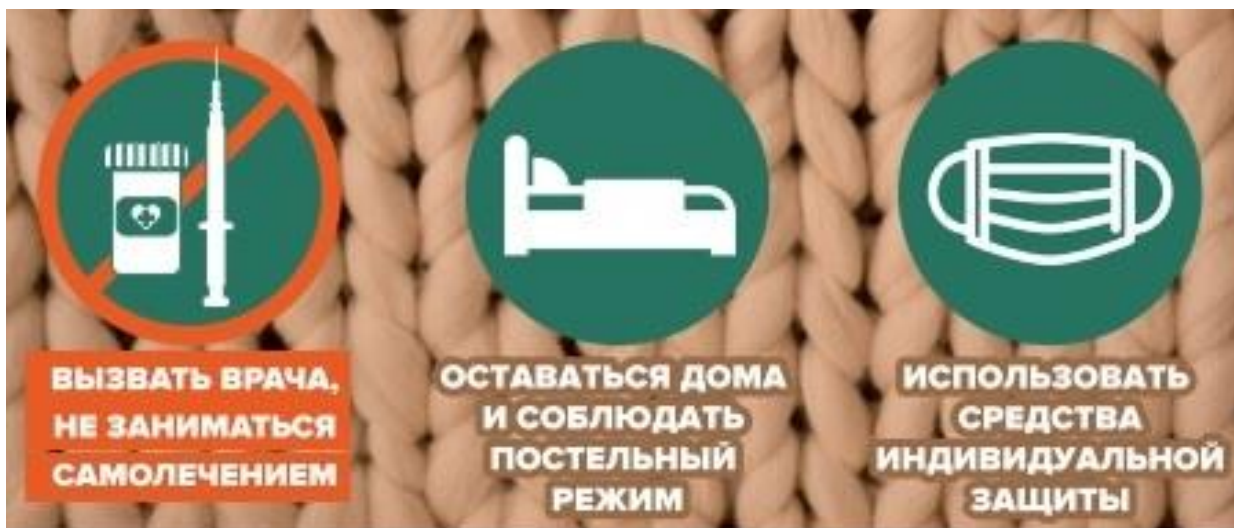
• Закаливание



• Питьевой режим



# Если заболели





Спасибо за внимание!



[WWW.BUDZDOROVPERM.RU](http://WWW.BUDZDOROVPERM.RU)

