

Меры профилактики гриппа

- Избегать или сократить время пребывания в местах массового скопления людей;
- Исключить контакты с лицами с респираторными симптомами;
- Регулярно и тщательно мыть руки с мылом, обязательно после посещения общественных мест, использования общественного транспорта;
- Использовать при отсутствии возможности вымыть руки и при необходимости антисептические средства;
- Проводить регулярное проветривание и влажную уборку помещений, гулять на свежем воздухе.

Наиболее эффективным способом профилактики сезонного гриппа является вакцинация!

Вакцинация против гриппа уже более 60 лет доказывает свою эффективность в снижении заболеваемости, а также ослаблении тяжести течения болезни и уменьшении вероятности развития осложнений и смертельного исхода. Через некоторое время после вакцинации иммунитет ослабевает, поэтому для поддержания высокой защиты организма рекомендуется ежегодная вакцинация. В Республике Беларусь вакцинация от гриппа входит в Национальный календарь профилактических прививок, а значит каждый желающий может пройти вакцинацию бесплатно в организации здравоохранения, расположенной по месту жительства.

Выполнение этих простых правил позволит вам и вашим близким предупредить заболевание!

Автор: помощник врача-эпидемиолога Финогенов М.В.
Тираж-200 шт.

Государственное учреждение
«Центр гигиены и эпидемиологии Ленинского района
г. Минска»



ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Минск, 2025



Что такое грипп?

Грипп – острая инфекционная болезнь, характеризующаяся поражением респираторного тракта. Проявляется интоксикационным, катаральным и геморрагическим (реже) синдромами. Возбудитель – РНК-содержащий вирус.

Восприимчивость – высокая. Вирус устойчив при низких температурах. Быстро инактивируется при нагревании, высушивании и при использовании дезинфицирующих средств.

Источник инфекции – больной человек. Инфицирующая доза вируса содержится в 0,0001 мл носоглоточной слизи. Максимальная заразительность больных отмечается в первые 5-6 суток болезни.

Какая эпидемиологическая ситуация по гриппу в мире?

Согласно информации, представленной Всемирной организацией здравоохранения, ежегодно регистрируется около 1 миллиарда случаев сезонного гриппа, в том числе 3–5 миллионов случаев тяжелой формы заболевания. Каждый год от респираторных патологий, вызванных вирусами гриппа, умирает от 290 000 до 650 000 человек. 99% случаев смерти детей в возрасте до 5 лет от инфекций нижних дыхательных путей, связанных с гриппом, приходится на развивающиеся страны.

Какие признаки и симптомы гриппа?

Симптомы обычно проявляются через 12-48 часов после контакта с возбудителем. Заболевание начинается остро.

Основные симптомы включают:

- повышение температуры до 38-40 градусов;
- заложенность носа;
- затрудненность дыхания;
- першение и боль в горле;
- озноб, слабость, вялость, недомогание;
- головная боль, головокружение;
- боль в глазах;
- ломота мышц и суставов.

Грипп часто сопровождается осложнениями, обусловленными как самим вирусом, так и вторичной инфекцией. К ним относятся пневмония, трахеобронхиты, отиты, гаймориты.

