



**НАСМОРК, жар
и все болит у того,
кто не привит**

ПРИВИВКА-

**ДОСТУПНАЯ
ЗАЩИТА
ОТ ГРИППА**



Для иммунизации достаточно одной прививки, которую необходимо проводить до подъема заболеваемости, чтобы успел сформироваться прочный иммунитет, защищающий от гриппа.

Обычно иммунитет формируется в течение 2-3 недель.



Департамент здравоохранения Курганской области
Государственное казенное учреждение
«Курганская область. Центр медицинской профилактики»

Адрес: 450001, Курган, ул. Железнодорожная, 119, к. 4
Тел: 37-14-00, 37-14-01, 37-14-02, 37-14-03
Тел. факса: 37-14-04, 37-14-05, 37-14-06, 37-14-07, 37-14-08, 37-14-09, 37-14-10, 37-14-11, 37-14-12, 37-14-13, 37-14-14, 37-14-15, 37-14-16, 37-14-17, 37-14-18, 37-14-19, 37-14-20, 37-14-21, 37-14-22, 37-14-23, 37-14-24, 37-14-25, 37-14-26, 37-14-27, 37-14-28, 37-14-29, 37-14-30, 37-14-31, 37-14-32, 37-14-33, 37-14-34, 37-14-35, 37-14-36, 37-14-37, 37-14-38, 37-14-39, 37-14-40, 37-14-41, 37-14-42, 37-14-43, 37-14-44, 37-14-45, 37-14-46, 37-14-47, 37-14-48, 37-14-49, 37-14-50, 37-14-51, 37-14-52, 37-14-53, 37-14-54, 37-14-55, 37-14-56, 37-14-57, 37-14-58, 37-14-59, 37-14-60, 37-14-61, 37-14-62, 37-14-63, 37-14-64, 37-14-65, 37-14-66, 37-14-67, 37-14-68, 37-14-69, 37-14-70, 37-14-71, 37-14-72, 37-14-73, 37-14-74, 37-14-75, 37-14-76, 37-14-77, 37-14-78, 37-14-79, 37-14-80, 37-14-81, 37-14-82, 37-14-83, 37-14-84, 37-14-85, 37-14-86, 37-14-87, 37-14-88, 37-14-89, 37-14-90, 37-14-91, 37-14-92, 37-14-93, 37-14-94, 37-14-95, 37-14-96, 37-14-97, 37-14-98, 37-14-99, 37-14-00



ПРОФИЛАКТИКА + ГРИППА



Грипп – острая вирусная болезнь с воздушно-капельным механизмом передачи. Возможно также заражение через предметы домашнего обихода, на которые вирус попадает от больного человека во время кашля или чихания. Инкубационный период продолжается от нескольких часов до 7 суток, чаще 2-3 дня. Болезнь начинается внезапно.

Основные симптомы проявления заболевания:

- ❖ Озноб, головная боль;
- ❖ повышение температуры тела до 38,5 – 40 С;
- ❖ боль и ломота в мышцах и суставах; общая слабость и «разбитость»;
- ❖ сухой кашель; слезотечение; выделения из носа.

При проявлении симптомов гриппа НЕОБХОДИМО оставаться дома и **вызвать врача на дом. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

Обязательно сообщите врачу о Ваших выездах за пределы Волгоградской области.

Как не заболеть гриппом

- ❖ Наиболее эффективный метод профилактики гриппа – **вакцинопрофилактика**;
- ❖ Следует помнить, что для выработки иммунного ответа после прививки необходимо 3-4 недели;
- ❖ Избегайте общения с людьми, у которых есть признаки заболевания (насморк, чихание, кашель, повышенная температура тела);
- ❖ При контакте с больным членом семьи пользуйтесь маской;
- ❖ В период эпидемиологического неблагополучия по гриппу и ОРВИ не посещайте места массового скопления людей или хотя бы, по возможности, сократите время пребывания в таких местах;
- ❖ Соблюдайте правила личной гигиены, тщательно и часто мойте руки;
- ❖ Чаще проводите влажные уборки и проветривание помещений, больше времени проводите на свежем воздухе;
- ❖ Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность, закаливание.

