

## **Роспотребнадзор предупреждает! Внимание, грипп!**

Ежегодно в Санкт-Петербурге гриппом и другими острыми респираторными вирусными инфекциями заболевают более миллиона человек.

К гриппу восприимчивы, в основном, дети дошкольного и школьного возраста, пожилые люди, а также работники, которые по роду службы контактируют с большим числом людей – медицинский персонал, работники транспорта, торговли, учебных заведений, социальные работники и др.

Грипп серьезное заразное заболевание, сопровождается повышением температуры тела до 39-40°, ознобом, головокружением, головной болью, общей слабостью, ощущением ломоты во всем теле, мышечными и суставными болями. Поздно обратившиеся за медицинской помощью (на 3-8 день от начала заболевания) госпитализируются с тяжелыми осложнениями гриппа: пневмонией, отитами, гайморитами, поражениями мозга, нервной системы, со стороны сердца могут возникать функциональные нарушения.

По многолетним наблюдениям пик заболеваемости приходится на январь-февраль.

### **Вакцинация является самой эффективной мерой против гриппа.**

По результатам вирусологических исследований в последние годы наблюдается увеличение числа выделений вируса гриппа, подтипа А(Н1N1), вируса так называемого «свиного» гриппа. Циркулируют также вирусы сезонного гриппа А(Н3N2) и гриппа типа В. Согласно данным ФГБУ «НИИ гриппа» Минздрава России в вакцины против гриппа входят вакцинные штаммы (А(Н1N1), А(Н3N2) и В). Вакцины рекомендованы Всемирной организацией здравоохранения на сезон 2017-2018 годы.

После прививки против гриппа иммунитет вырабатывается в течение 2-4 недель и длится до 1 года.

Современные противогриппозные вакцины высокоиммуногенные, эффективные и низкоректагенные, применяются для взрослых, в том числе лиц старше 60 лет, и детей с 6 месячного возраста. Используется широкий спектр отечественных вакцин и зарубежных вакцин.

**Дети дошкольного возраста, учащиеся школ будут привиты, в основном, в детских учреждениях. Лица старше 60 лет вакцинируются бесплатно в поликлиниках по месту жительства.**

По желанию привиться против гриппа можно в платных прививочных кабинетах Санкт-Петербурга.

В связи с ожидаемым подъемом заболеваемости Роспотребнадзор рекомендует:

### **Привиться против гриппа!**

При первых признаках заболевания гриппом или ОРВИ немедленно обратиться за медицинской помощью.

Учитывая, что грипп заразное заболевание, не отправлять заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия, взрослым приходить на работу.

Носить маски однократного применения в местах большого скопления людей.

Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или обрабатывать антисептиком особенно после улицы и общественного транспорта.

Регулярно проветривать помещение, делать уборку и увлажнять воздух там, где находитесь (вирус гриппа связывается с конденсатом и не циркулирует во вдыхаемом воздухе).

Употреблять как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, цитрусовые и т.д.).

Избегать прикосновений к своему рту и носу (специальные наблюдения показали, что руки не менее 300 раз в день контактируют с отделяемым из носа и глаз, со слюной).

Избегать тесных контактов с больными. В случае появления заболевших гриппом в семье или в рабочем коллективе – начинать прием противовирусных препаратов с профилактической целью (согласно рекомендаций врача с учетом противопоказаний и инструкции по применению препарата).

Использовать одноразовые салфетки при чихании и кашле.

Конечно, есть люди, привитые против гриппа, которые утверждают, что после прививки, они заболели. Уверяем, что если они привиты правильно, гриппом они не заболеют, или перенесут его в более легкой форме без осложнений. А заболеть после прививки против гриппа возможно другой острой респираторной инфекцией, вакцины против которой нет.

**Будьте внимательны к своему здоровью и здоровью Ваших близких!**