

Осторожно! Грипп!



Если вы заболеете гриппом



ЗАВЕДУЮЩАЯ ООМПД В ОУ ДПО №
2 ГБУЗ РК «СДП № 3»
Э.Б.ЛАЗАРЕВА.

Осторожно! грипп!

- Простудился жираф -
У него ангина.
Мы насыпали ему
Тазик аспирина.

Молока большую флягу
С мёдом намешали.
И пушистым, тёплым шарфом
Шею обмотали.



Грипп

Это слово переводится как “хватать”, “овладевать”.

- ◆ острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа;
- ◆ входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ);
- ◆ известен с конца XVI века;
- ◆ в настоящее время выявлено более 2000 вариантов вируса гриппа.



История открытия гриппа

- Первые упоминания о гриппе были отмечены много веков назад – еще в 412 году до н.э. – именно тогда Гиппократ описал похожее на грипп заболевание.
- Первая задокументированная пандемия гриппа, унесшая много жизней, случилась в 1580 году.



А знаете ли вы, что такое эпидемия?

- **Быстрое распространение инфекции** среди людей, из-за чего в какой-либо местности, стране или городе резко вырастает число заболевших. Эпидемии гриппа случаются каждый год, обычно в холодное время года, и поражают до 15% населения Земли.



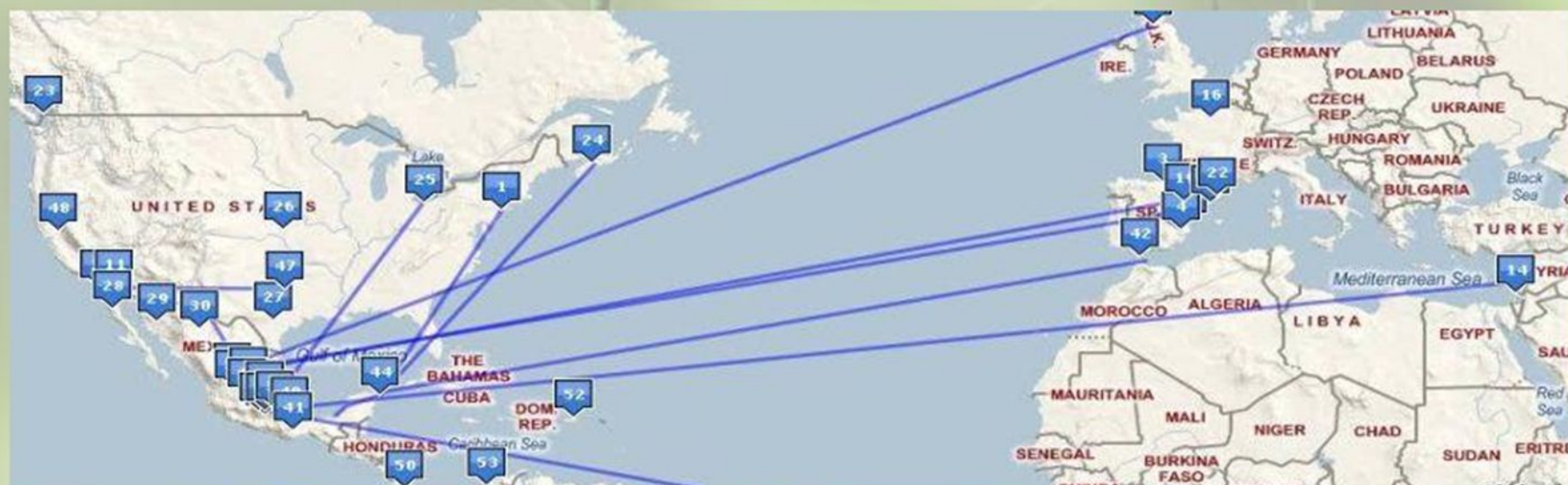
Распространение



- К гриппу восприимчивы все возрастные категории людей.
- Источником инфекции является больной человек, выделяющий вирус с кашлем, чиханием и т. д.
- Больной заразен с первых часов заболевания и до 3–5 суток болезни.
- Группами высокого риска считаются дети, люди преклонного возраста, беременные женщины, люди с хроническими болезнями сердца, лёгких, а также индивидуумы, имеющие хроническую почечную недостаточность.
- Характеризуется аэрозольным механизмом передачи и чрезвычайно быстрым распространением в виде эпидемий и пандемий



Эпидемия — широкое распространение инфекционного заболевания



Пандемия — эпидемия, характеризующаяся распространением инфекционного заболевания на территории всей страны, территорию сопредельных государств, а иногда и многих стран мира .

Симптомы гриппа

Системный

- жар

Носоглотка

- Насморк
- Воспаленное горло

Кишечный тракт

- Диарея

Психологический

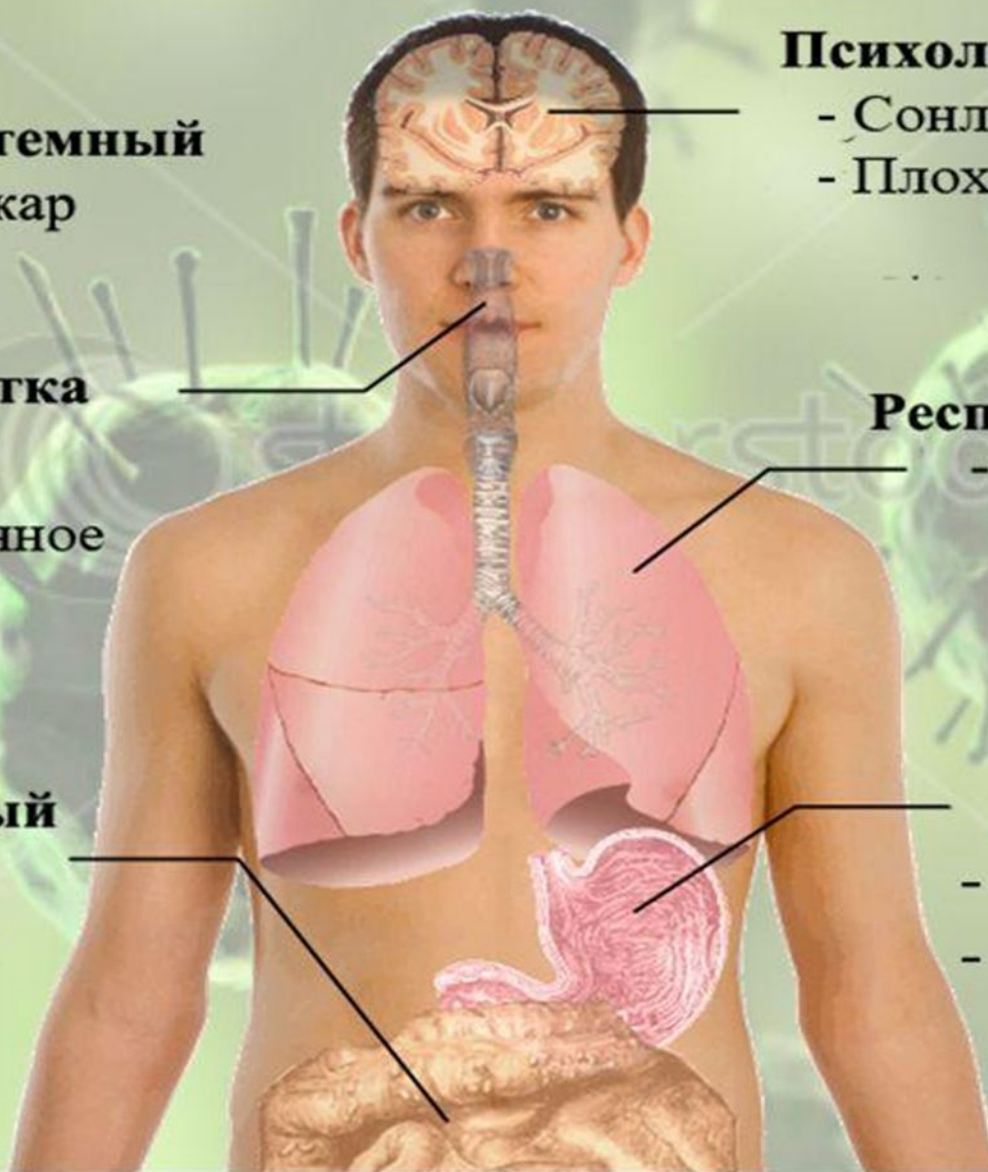
- Сонливость
- Плохой аппетит

Респираторный

- Кашель

Желудок

- Тошнота
- Рвота



Симптомы гриппа:

- высокая температура (до 41,5 градуса), которая держится несколько дней (до 5);
- на фоне температуры отмечается головная боль (преимущественно в передней части - лоб, глаза, виски),
- ломота во всем теле, в первую очередь - в ногах.



Если вы заболели

- ✦ Лечение гриппа включает противовирусные препараты.
- ✦ Симптоматическое лечение (обезболивающие, жаропонижающие препараты). Жаропонижающими и обезболивающими препаратами лучше пользоваться только в случаях высокой температуры (выше 39 градусов и выше), за исключением лиц из групп риска, при сильных головных и мышечных болях.
- ✦ Обильное питье (так как при повышенной температуре теряется много жидкости при дыхании и потении).
- ✦ Необходимо принимать аскорбиновую кислоту, поливитамины и фрукты, которые способствуют повышению сопротивляемости организма.
- ✦ Постельный режим. Очень важно соблюдать в течение всего периода повышенной температуры, так как именно несоблюдение этого условия нередко оказывается чреватым осложнениями.

Осложнения гриппа

- пневмонии
- синдром Рейе у детей
- миокардит, перикардит
- мышечные осложнения (миозиты)
- поражения ЦНС (менингит, энцефалит)
- вторичные бактериальные инфекции (ринит, синусит, отит, бронхит)
- поражение почек
- декомпенсация и обострение хронических заболеваний

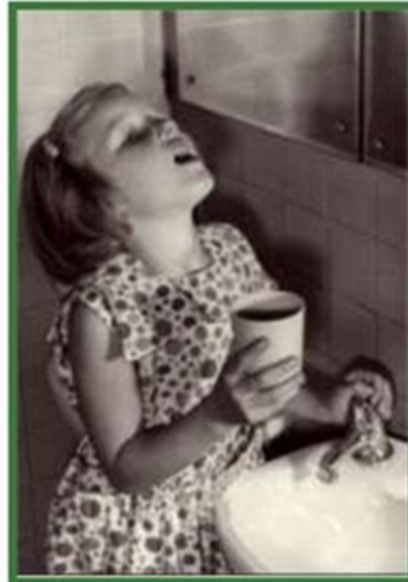
Смертность при гриппе

Пандемии гриппа 20-го века



1918:
“Испанка”
A(H1N1)

40 миллионов
смертей



1957:
“Азиатский грипп”
A(H2N2)

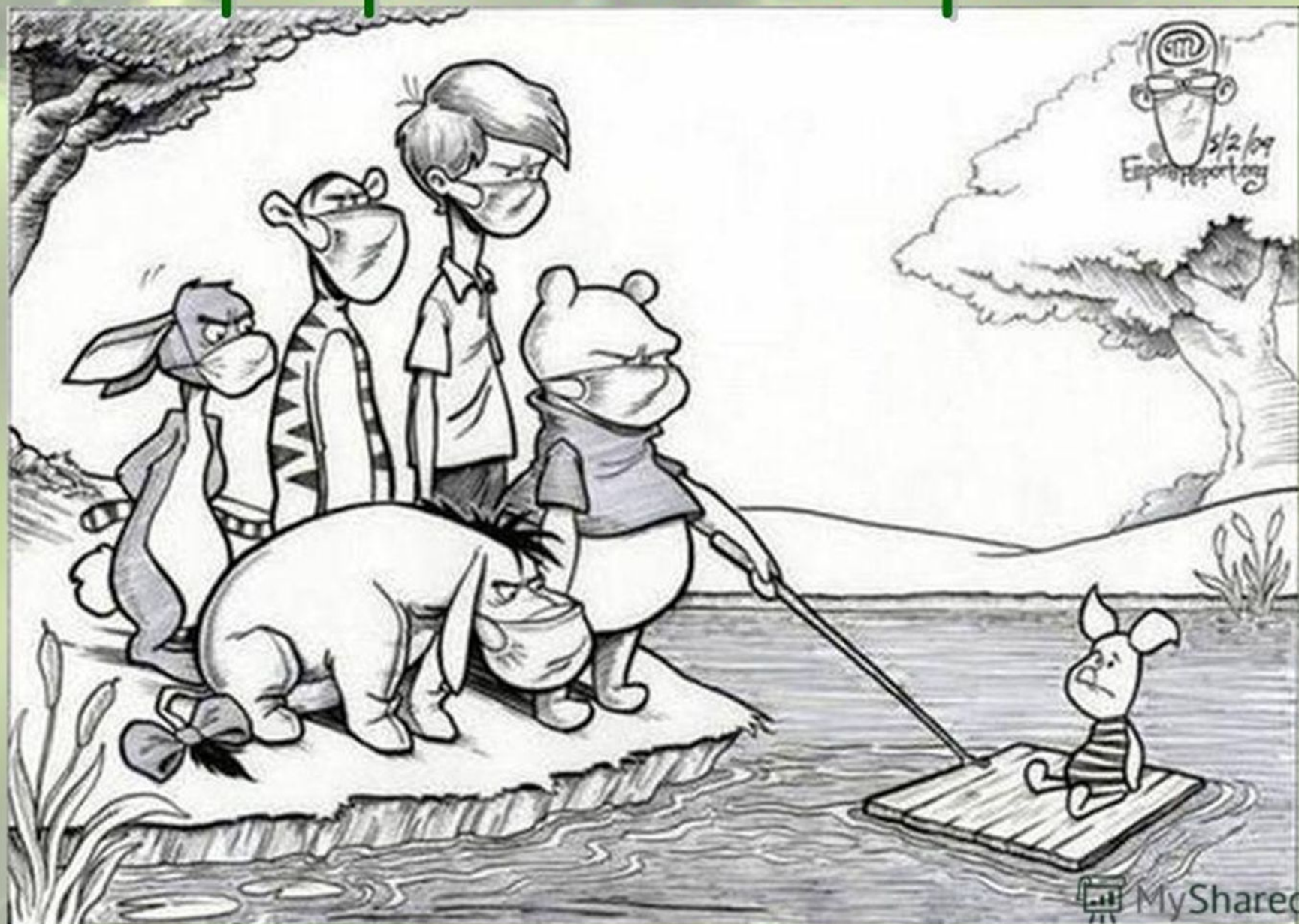
1-4 миллиона
смертей



1968:
“Гонконгский грипп”
A(H3N2)

1-4 миллиона
смертей

Профилактика гриппа



Как предотвратить заражение гриппом?

1. Не допускать попадание вируса в организм.
2. Способствовать повышению защитных сил организма.



Меры предосторожности

- при общении с людьми, которые могут быть больными, используйте защитные маски, соблюдайте дистанцию (не менее 2-х метров)
- избегайте многолюдных мест либо сократите время пребывания в подобных местах
- не прикасайтесь к глазам, носу или рту грязными руками
- тщательно и часто мойте руки теплой водой с мылом или пользуйтесь средствами для обработки рук на основе спирта или других дезинфицирующих средств
- регулярно проветривайте помещения и делайте влажную уборку



Что позволяет повысить сопротивляемость организма?

- физическая активность
- закаливающие процедуры
- полноценное питание
- прием поливитаминных препаратов
- соблюдение режима дня
- отказ от «вредных привычек»

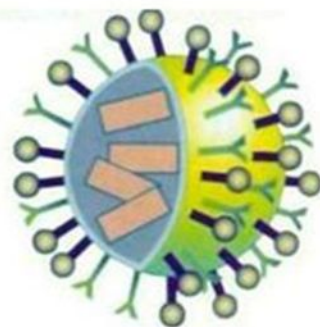


Повышение специфического иммунитета - вакцинация

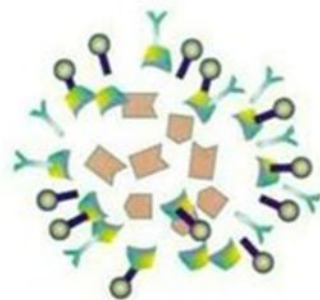
- у молодых здоровых взрослых вакцинация эффективна в среднем в 90% случаев
- среди взрослых людей, не имеющих хронической патологии, уменьшается число госпитализаций по поводу пневмонии на 40% (среди пожилых людей от 45 до 85%)
- на 36-69% снижается частота острого среднего отита, который является распространенным осложнением гриппа у детей
- сокращается частота обострений хронического бронхита, которые наблюдаются после гриппа
- частота обострений бронхиальной астмы, после перенесенного гриппа снижается на 60-70%
- среди больных сахарным диабетом I типа меньше прогрессируют сосудистые осложнения диабета и реже регистрируются эпизоды декомпенсации

Виды гриппозных вакцин

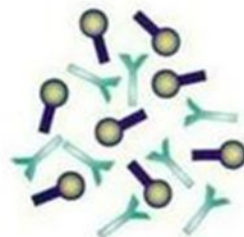
- цельновирионные



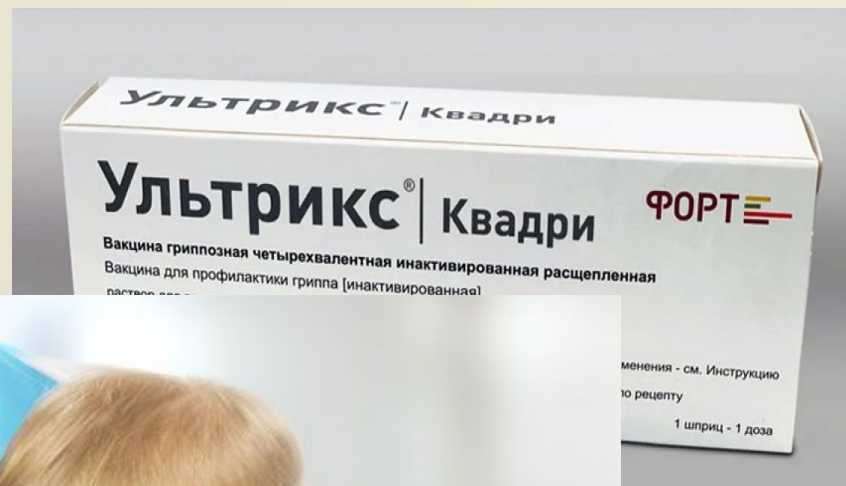
- расщепленные (сплит)



- субъединичные



Какую вакцину используют для иммунизации от гриппа в рамках национального календаря?



Кому необходима вакцинация?

группам высокого риска по развитию неблагоприятных последствий гриппа:

детям первых 2-х лет жизни, лицам пожилого возраста, лицам страдающим хроническими заболеваниями

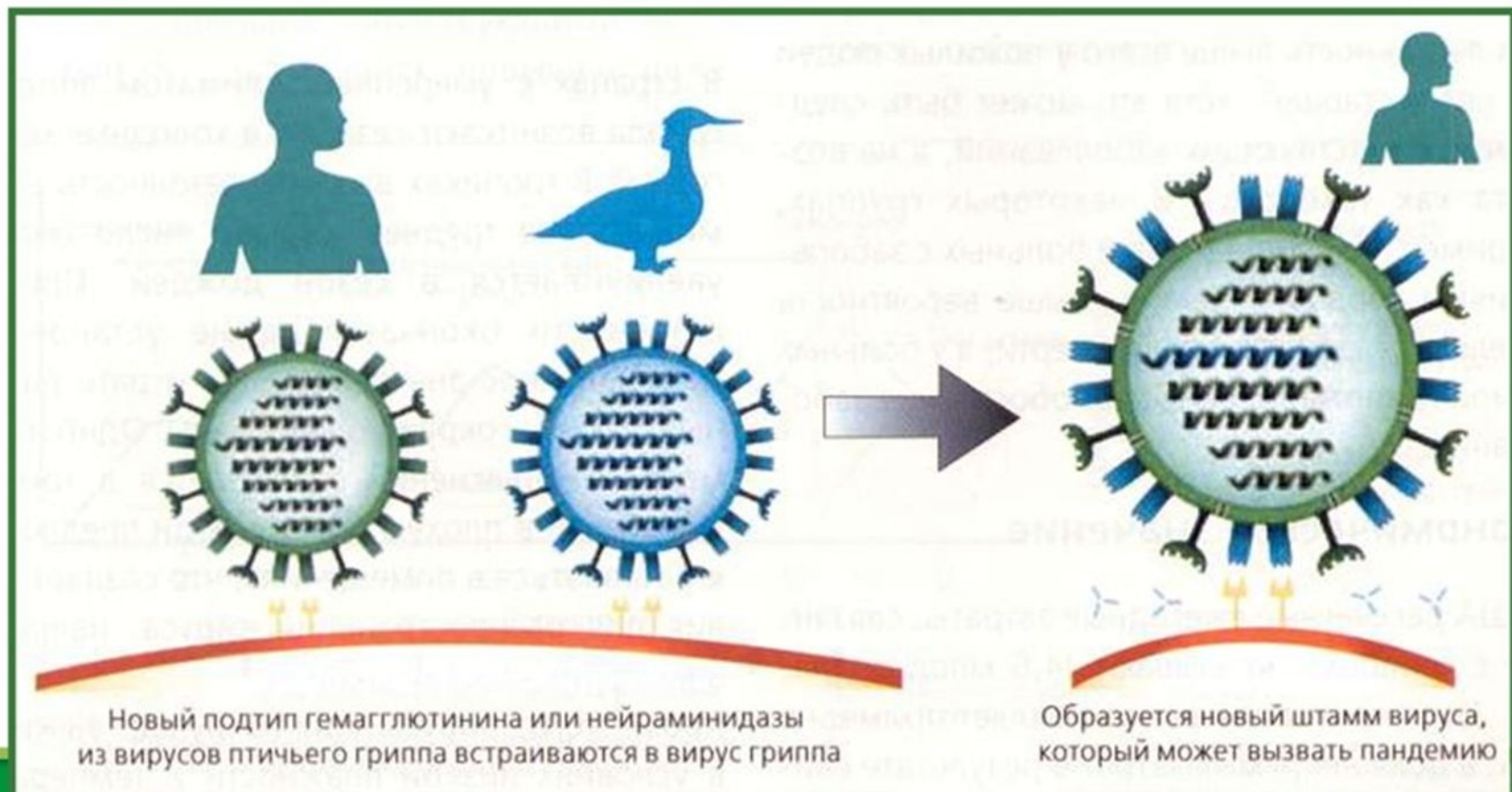
группам высокого риска по заражению гриппом:

медицинскому персоналу, работникам сферы бытового обслуживания, учебных заведений, школьникам



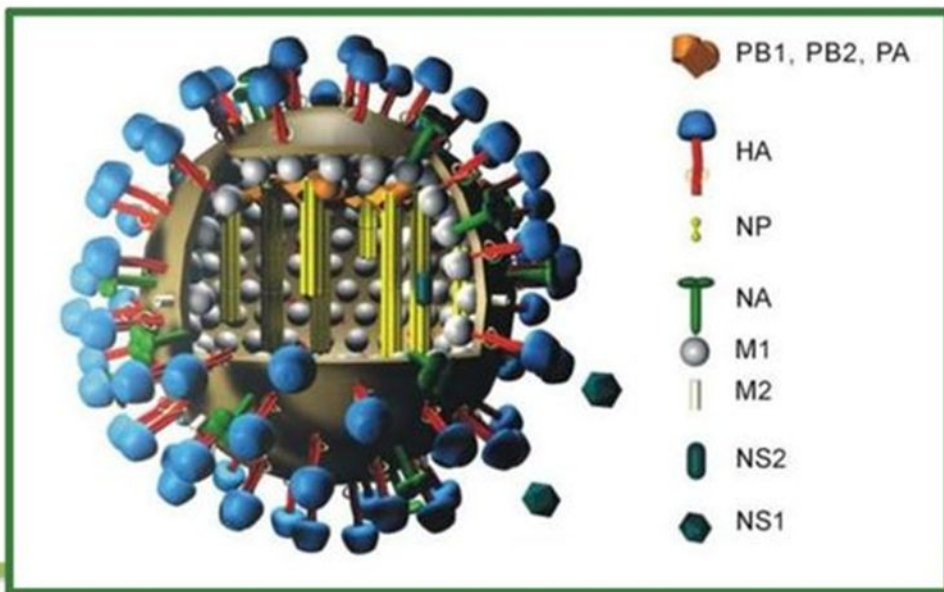
Почему мы прививаемся ежегодно?

- выделено 3 типа вируса (А,В,С)
- вирусы гриппа обладают изменчивостью



Как узнают какой вирус будет в этом году?

- существует всемирная сеть контроля за циркуляцией вирусов гриппа, которая производит отбор наиболее **актуальных** штаммов для производства вакцин
- вакцины содержат три штамма вируса гриппа



От чего зависит эффективность вакцинации?

- от самой вакцины
- от состояния организма человека



Можно ли заболеть гриппом после прививки?

1. Заразиться гриппом вследствие вакцинации нельзя!
2. На выработку антител нужно минимум две недели!
3. ОРВИ вызываются 130 видами вирусов!
4. Если человек все-таки заболел гриппом, хотя своевременно вакцинировался – заболевание протекает в легкой форме!

Какие виды поствакцинальных реакций существуют?

Общие:

- повышение температуры
- недомогание



Местные (в месте укола):

- покраснение
- болезненность
- уплотнение



Существуют ли противопоказания для вакцинации?

Противопоказания к вакцинации против гриппа субъединичными вакцинами :

- аллергические реакции на куриный белок и компоненты вакцины, предшествующие прививки
- лихорадка или обострение хронического заболевания

**Перед вакцинацией обязателен
осмотр врача!**

Федеральный закон от 17 сентября 1998 года № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»

Статья 5. Права и обязанности граждан при осуществлении иммунопрофилактики

Часть 2. Отсутствие профилактических прививок влечет:

временный отказ в приеме граждан в образовательные и оздоровительные учреждения в случае возникновения массовых инфекционных заболеваний или при угрозе возникновения эпидемий;

отказ в приеме граждан на работы или отстранение граждан от работ, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями.

Перечень работ, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями и требует обязательного проведения профилактических прививок, устанавливается уполномоченным Правительством Российской Федерации федеральным органом исполнительной власти. (в ред. Федерального закона от 23.07.2008 N 160-ФЗ)

Нормативные документы

- **Федеральный закон от 17 сентября 1998 года № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»**
- **Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1.2.1319-03 «Профилактика гриппа»**
- **Приказ Министерства здравоохранения РФ №51н от 31 января 2011 г. «О национальном календаре профилактических прививок и календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям»**

делайте прививку
против гриппа



мойте руки
с мылом



мойте руки
санитайзерами,
антибактериаль-
ными гелями,
чистящими
салфетками



не переносите
грипп на ногах



не трогайте
лицо
немытыми
руками



ведите
здоровый
образ жизни



улыбайтесь. хорошее
настроение улучшает
иммунитет



Будьте здоровы

- **Коль мороз вам ломит кости,
Значит, грипп шагает в гости.
Чтоб недуг свернул с тропинки,
Принимайте – ...**

(Витамины)

- **Чтоб болезнь не сбила с ног,
Ешь и лук, и злой чеснок,
И лимоны, апельсины –
Все съестные витамины.
Чтоб сказать болезням "Нет!",
Повышай ...**

(Иммунитет)



Будьте здоровы!



«Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление здоровой пищи, физическую активность, положительные эмоции, соблюдение правил личной гигиены».