

Профилактика Гриппа и ОРВИ у детей и взрослых.

ОРВИ являются наиболее распространенными в детском возрасте.

Их доля совместно с гриппом составляет не менее 70% в структуре всей Заболеваемости у детей.

Увеличение частоты заболеваемости детей отмечается в холодное время года, в межсезонье и под воздействием стрессовых ситуаций (адаптация, переохлаждение организма- в жаркую погоду).

Рецидивирующие ОРВИ способствуют формированию у детей хронической бронхолегочной патологии, вторичных бактериальных осложнений(пневмония, хр. Отит, менингит); формируют аллергическую патологию,

могут быть причиной задержки психомоторного и физического развития.

Основной путь передачи – воздушно- капельный, то есть через капельки слизи, выделяемые при разговоре, чихании или кашле.

Симптомы ОРВИ: насморк, кашель, охриплость, боль в горле, затрудненное глотание, повышение температуры, иногда слабость.

Профилактика ОРВИ:

1. Ограничение контактов ребенка в сезоны повышения заболеваемости
2. Сокращение использования городского транспорта для поездок с детьми
3. Увеличение времени пребывания ребенка на воздухе
4. Ношение масок членам семьи, имеющим признаки ОРЗ
5. Тщательное мытье рук после контакта с больным ОРЗ или предметами ухода за ними
6. Во время кашля и чихания прикрывать рот и нос одноразовыми платками
7. Использовать индивидуальные или одноразовые полотенца
8. Постоянно проветривать помещения путем открывания окон
9. Вести здоровый образ жизни, в том числе достаточно спать, правильно питаться и сохранять физическую активность
10. Сделать прививку против гриппа, которая поможет сохранить здоровье, а также избежать возникновения тяжелых осложнений при заболевании гриппом
11. Использовать средства неспецифической защиты для повышения иммунитета: лук, чеснок, лимон, настой шиповника.
12. Ограничение посещения детских учреждений детьми со свежими катаральными симптомами

дыхательных путей и общее отравление организма. Источником заражения гриппом является больной (особенно в первые 5 дней болезни). Заражение гриппом чаще всего происходит через слизистую носа, на которой оседают вирусы, находящиеся в воздухе. Возможна также передача инфекции через предметы обихода, загрязненные выделениями больного (посуда, игрушки, полотенца, носовые платки).

Грипп вызывают вирусы трех типов: А, Б, С. Экспериментально подтверждено, что жизнеспособность вирусов гриппа сохраняется в воздухе помещений до 2-9 часов, на бумаге, картоне, тканях- 8-12 часов, на металлических предметах- 24-28 часов.

Поэтому воздух нужно обеззараживать(бактерицидные лампы, проветривание, влажная уборка, ароматерапия-чеснок); мыть руки после использования предметов обихода., потому что на грязных руках вирус сохраняется до 2-х часов.

Симптомы гриппа: Заболевание начинается внезапно: появляется недомогание, озноб, головная боль, боли в суставах, температура повышается до 40(у некоторых детей на фоне высокой температуры могут развиваться судороги).Затем через 2-3 дня присоединяется кашель и насморк.

Грипп и ОРЗ постепенно подрывают сердечно-сосудистую систему, сокращая на несколько лет среднюю продолжительность жизни человека. При тяжелом течении гриппа часто возникают необратимые поражения сердечно-сосудистой системы, дыхательных органов, центральной нервной системы, провоцирующие заболевания сердца и сосудов, пневмонии, трахеобронхиты, менингоэнцефалиты.

Заболевание гриппом может сопровождаться летальным исходом, особенно у маленьких детей и пожилых людей.

Грипп самая тяжелая из простудных инфекций. Если любую другую ОРВИ можно перенести на ногах, то грипп способен свалить с ног даже самых сильных людей.

Специфическая профилактика гриппа.

Активная иммунизация против гриппа разрешается с 6-месячного возраста детям и взрослым без ограничения возраста.

Вакцина особенно показана : детям страдающими хроническими соматическими заболеваниями- болезни и пороки развития центральной нервной и сердечно-сосудистой, а также бронхо-лёгочной системами, в том числе бронхиальной астмой; хроническими заболеваниями почек, сахарным диабетом; болезнями обмена веществ; хронической анемией; аллергическими заболеваниями(кроме аллергии к куриным белкам).

Прививка откладывается у лиц с острым лихорадочным состоянием или обострением хронического заболевания. Прививки проводят в период выздоровления (ремиссии).

А при нетяжелых ОРВИ и ОКИ прививки проводят сразу же после нормализации температуры.

Реакция – крайне редко возможна в виде недомогания, головной боли, субфебрильной t (ДО 38 С) , которые исчезают через 1-2 дня.

Дети до 3-х лет прививаются двукратно с интервалом 3-4 месяца.

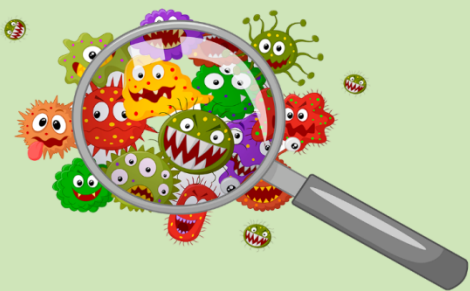
Плюсы вакцинации:

1. вакцина обходится дешевле, чем лечение гриппа;
2. в разы сокращается вероятность инфицирования вирусом гриппа;
3. вакцинация доступна всем желающим и возможна с 6 **месячного** возраста;
4. снижается вероятность смертельного исхода при тяжелом течении болезни.

Если нет противопоказаний , то прививку делать нужно.

ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ВИРУСЫ ЕСТЬ ВЕЗДЕ



- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ, МЫ НЕ СМОЖЕМ ИХ УВИДЕТЬ БЕЗ МИКРОСКОПА
- КОГДА ЗАБОЛЕВШИЙ ЧЕЛОВЕК КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАЗГОВАРИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОКРУГ С КАПЕЛЬКАМИ СЛЮНЫ
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВДЫХАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ

КАК ЕЩЁ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШИСЬ К ЛЮБОЙ ТВЕРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ ИЛИ ПРЕДМЕТУ, ЕСЛИ ТАМ ЕСТЬ ВИРУСЫ (СТОЛ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, ТЕЛЕФОН, ИГРУШКА, ПЕРИЛА)



- ПРИКАСАЯСЬ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ К НОСУ, РТУ, ГЛАЗАМ
- ПРИ РУКОПОЖАТИЯХ, ПОЦЕЛУЯХ И ОБЪЯТИЯХ

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

СИМПТОМЫ:

- ✓ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ✓ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- ✓ КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ



- ✓ ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК
- ✓ ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- ✓ ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ



Оставайтесь дома, если Вы заболели!

Не ходите на работу. **Не водите** детей в школу, ДДУ при симптомах ОРВИ и гриппа



ОРВИ ГРИПП ПРОФИЛАКТИКА

Регулярно проветривайте помещение



Избегайте мест массового скопления людей!



Не трогайте лицо немытыми руками!

Регулярно мойте руки!



✗ НЕТ



✗ НЕТ



✓ ДА

Прикрывайте нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляете или чихаете

Не занимайтесь самолечением! При первых симптомах болезни, обратитесь к врачу!



Избегайте объятий, поцелуев, рукопожатий!



Немедленно выбрасывайте использованные салфетки

Больной! Надевай маску для защиты здоровых



ПРИВИВКА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!



О ПОЛЬЗЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ПРИВИВОК

Профилактические прививки защищают от инфекционных заболеваний, таких как дифтерия, столбняк, коклюш, полиомиелит, корь, эпидемический паротит, краснуха, туберкулез, грипп, вирусный гепатит А и В, клещевой энцефалит и некоторых других инфекций.



Защищая от «управляемых» инфекций, прививки дают нам возможность свободно общаться с друзьями, ходить в гости, в кино, на дискотеки, гулять по магазинам, так как не надо бояться, что ты можешь заразиться сам или заразить какой-нибудь «вредной» болелькой» ближнего.



Иммунопрофилактика — наиболее эффективный метод снижения детской инфекционной заболеваемости. Для проведения вакцинопрофилактики в России существует Национальный календарь профилактических прививок. Часто родители задают вопрос: «Насколько безопасна вакцина?». В настоящее время для прививок используют только зарегистрированные и сертифицированные в соответствии с законодательством РФ отечественные и зарубежные препараты, которые изготовлены с применением высоких технологий и обладают хорошей эффективностью и переносимостью, количество противопоказаний незначительно. Профилактические прививки, включенные в Национальный календарь профилактических прививок, в государственных учреждениях здравоохранения для населения проводятся бесплатно.



САМОЕ ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЗАЩИТЫ ОТ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ — ЭТО ПРИВИВКА!

МИФЫ И ФАКТЫ О ПРИВИВКАХ

Миф номер 1.

Эпидемии нет — вакцина не нужна.

ФАКТ. Существует так называемый коллективный иммунитет. Он формируется тогда, когда в обществе привакцинированы 85—95 % людей. Они создают защиту для окружающих дома, в школе, на работе. При таком уровне коллективного иммунитета риск заболеваний для невакцинированных людей уменьшается. Но если коллективный иммунитет снижается, вероятность возникновения эпидемии значительно увеличивается.



Миф номер 2.

Моя инфекция не коснется.

ФАКТ. Вирусы и бактерии живут рядом с нами. И незащищенный прививкой малыш может заразиться от взрослых, у которых даже симптомов заболеваний нет. Ты же не можешь быть уверенной в том, что твою семью окружают здоровые люди.



ГБУЗ «Иркутская областная больница»
прививочный кабинет

И. Г. Волосинкина

27.04.2016 г.