

**Грипп** – опасная инфекция. Приводит к осложнениям. Каждый год поражает миллионы жителей земного шара. Уносит сотни жизней, причиняет экономический и социальный ущерб

## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Грипп - наиболее распространенное заболевание среди всех возрастных групп населения планеты. Основным и эффективным средством профилактики гриппа является вакцинация, которая включена в национальный календарь профилактических прививок.

### Комплекс профилактических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваемости гриппом и ОРВИ

	Специфическая профилактика (вакцинопрофилактика)	Фармакопрофилактика (использование фармацевтических средств)	Соблюдение правил личной и общественной гигиены
Рекомендуемый период	Ежегодно в осенний период	в период эпидемического подъема заболеваемости: осенне-зимний период	в период эпидемического подъема заболеваемости: осенне-зимний период
Контингенты	Всё население Пермского края		
	1. Бесплатно за счёт федерального бюджета: - дети с 6 месяцев; - учащиеся 1 - 11 классов; - обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; - медицинских работники; - работники образовательных организаций; - работники транспорта, коммунальной сферы; - беременные женщины; - взрослые старше 60 лет; - лица, подлежащие призыву на военную службу; - лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.  2. Остальные категории граждан иммунизируются за счёт личных средств или средств работодателя (в учреждениях оказывающих платные услуги по иммунопрофилактике).	По рекомендации врача проведение программы фармацевтической профилактики (сочетание противовирусных, иммуномодулирующих и поливитаминных препаратов).	- избегать контакта с больными людьми; - стараться не подходить к больному ближе, чем на 1 метр; - при контакте с больными людьми надевать маску; - мыть руки с мылом или антибактериальными средствами (спиртсодержащие растворы) для предотвращения распространения инфекции; - закрывать нос и рот во время кашля и чихания, используя одноразовые носовые платки; - избегать большого скопления людей (зрелищных мероприятий, собраний); - регулярно проветривать помещение; - не трогать грязными руками глаза, нос и рот; - вести здоровый образ жизни (полноценный сон, свежий воздух, активный отдых, сбалансированная пища, богатая витаминами).
Эффективность/результат	При реализации рекомендованной профилактической программы люди, как правило, не болеют, а если заболевают, то в легкой форме и без осложнений		

**ЗАБОЛЕЛ - обратись к врачу!**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю, тел.: (342) 239-35-63

<http://59.rospotrebnadzor.ru>