ГРИПП, ПРОФИЛАКТИКА.

Осень. Самое опасное время года по заболеваемости острыми респираторными инфекциями верхних дыхательных путей (ОРИ). Поздней осенью обычно начинается вспышка гриппа.

Известно, что грипп и острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)– самые распространенные в мире инфекционные заболевания. Наверное, нет ни одного человека, который хотя бы раз в жизни не переболел гриппом. Но если большинство ОРВИ протекают относительно легко, то грипп зачастую дает тяжелую клиническую картину.

Ежегодно вирус гриппа мутирует, то есть видоизменяется, поэтому каждый раз приходится встречаться с «обновленным» вирусным микроорганизмом. Поэтому невозможно один раз переболев, получить пожизненный иммунитет. Как же быть? Как уберечь себя и близких от заболевания в период эпидемии. Конечно же необходима профилактика гриппа.

Методов иммунопрофилактики много – это и народные средства, и неспецифические лекарственные средства (Амиксин, Арбидол, Деринат, Иммунал). Но самым эффективным методом профилактики гриппа является **вакцинация**. Она вызывает специфический иммунитет против гриппа, имеет высокую эффективность и применяется у взрослых и детей. Кроме того, прививки от гриппа защищают не только от гриппа, но и частично от других ОРВИ

ВОЗ выделяет группы лиц, которых желательно ежегодно прививать против **гриппа.**

К ним относятся:

1) дети от 6 месяцев до 3 лет: у них отсутствует иммунитет против вирусов **гриппа** в связи с тем что у них еще не было контакта с этим заболеванием;

2) часто болеющие дети, а также дети, посещающие детские учреждения;

3) люди, страдающие хроническими заболеваниями почек, сердца, легких, эндокринной системы, онкологическими заболеваниями, заболеваниями крови, лица, имеющие нарушения иммунитета (в том числе ВИЧ-инфицированные) или получающие препараты, подавляющие иммунитет, лучевую и химиотерапию;

4) люди, перенесшие пересадку органов или тканей, лица, страдающие болезнями и/или пороками развития центральной нервной системы;

5) люди старше 60-летнего возраста, вне зависимости от наличия или отсутствия хронических заболеваний. В этой возрастной категории заболеваемость в 5-10 раз превышает таковую среди других возрастов, а **прививка** предупреждает не только грипп, но и уменьшает частоту и тяжесть инфарктов и инсультов;

6) больные любого возраста, находящиеся в медицинских или иных учреждениях длительного и постоянного пребывания, а также те, кто ухаживает за ними;

7) врачи, медицинские сестры и другой персонал больниц и поликлиник, учреждений по уходу за больными и инвалидами, учителя и работающие в детских учреждениях.

После проведенной вакцинопрофилактики гриппа риск заражения острыми респираторными инфекциями, куда входит и грипп, резко снижается.

Вакцинация показана и беременным женщинам. Беременность 2 и 3 триместров не является противопоказанием для проведения прививки против гриппа. В данном случае речь идет не только о здоровье матери, но и ее будущего ребенка.

После внесения изменений в приказ «О национальном календаре профилактических прививок и календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям» за счет федеральных средств вакцинации против гриппа подлежат дети детских дошкольных учреждений, школьники, медицинские работники, работники образовательных учреждений, лица старше 60 лет.

За счет муниципальных средств вакцину смогут получить работники торговли, транспорта, птицефабрик, студенты, неорганизованные дети младшего возраста.

Вакцинация против **гриппа** может быть совмещена с любыми другими **прививками** (кроме БЦЖ), то есть одновременное введение вакцин в разные участки тела разными шприцами. Лучше всего проводить иммунизацию против **гриппа** в период с сентября по декабрь. Иммунитет после вакцинации вырабатывается уже через четырнадцать дней. Эффективность **прививки** против **гриппа** составляет 70-90%, но защищают вакцины не от всех острых респираторных вирусных инфекций вообще, а только от **гриппа.** Поэтому неправильно говорить: «Я прививку сделал, а все равно болел». Главное, что **прививка** предупреждает именно грипп.

Бесплатно прививку от гриппа можно получить в лечебном учреждении по месту жительства. Детям вакцинация проводится в детской поликлинике по месту жительства. Перед проведением прививки пациент должен быть осмотрен врачом.
Должно быть письменное согласие родителей на проведение прививки ребенку.
Прививка противопоказана в период острых заболеваний и при аллергии на куриный белок.

В период сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ **необходимо** употреблять в пищу больше овощей и фруктов, богатых витамином С, чаще проводить влажные уборки и проветривание помещений, больше времени проводить на свежем воздухе, сократить число посещений мест большого скопления людей, пользоваться средствами индивидуальной защиты, соблюдать правила личной гигиены.

При появлении симптомов гриппа необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью. Рекомендуется соблюдать домашний режим. При чихании и кашле следует прикрывать нос и рот одноразовым носовым платком, выбрасывать носовые платки сразу после использования. Всё о прививках, почему родители должны думать о защите ребёнка от опасных инфекций и укреплении иммунитета. Какие существуют современные вакцины? Всё это и многое другое Вы можете узнать в кабинете здорового ребенка детской поликлиники, по телефону горячей линии т. 7-16-32; в прививочном кабинете районной поликлиники.

Берегите своих детей и своевременно делайте им прививки. Этим вы защитите их от тяжелых заболеваний. Не откладывайте на завтра вакцинацию, которая могла быть проведена сегодня.

Администрация МБУЗ «Ленинградская ЦРБ»