



МИНОБРНАУКИ
РОССИИ

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ ОТ ГРИППА?

САМОЕ ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ

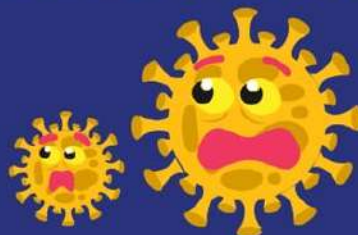


Иммунизация по всему миру позволяет спасти от **2 до 3 миллионов жизней** ежегодно (по данным Всемирной организации здравоохранения)

- Вакцины содержат **«убитые»** частицы вирусов гриппа, на которых иммунитет **«тренируется»** подавлять болезнь
- Они **не способны** вызвать заболевание
- Вакцинация от гриппа — безопасный, надежный и **научно доказанный** способ сохранить здоровье



ОСЛОЖНЕНИЯ
ОТ ГРИППА МОГУТ
ПРИВЕСТИ К СМЕРТИ:



→ бронхит
→ пневмония
→ миокардит
→ энцефалит
и т.п.



КАКИЕ ЕСТЬ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ?

-  возраст – до 6 месяцев
-  аллергические реакции на куриный белок
-  наличие лихорадки или других признаков острых респираторных инфекций
-  побочные эффекты после последней вакцинации



и иные индивидуальные противопоказания

**ЗАБОТЯСЬ О СЕБЕ,
МЫ ЗАБОТИМСЯ
ОБ ОКРУЖАЮЩИХ**



ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ



РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ
ТЕЛА



ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ



ЛОМОТА
В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ



ВОЛЬ/ЖЖЕНИЕ
В ГОРЛЕ



СУХОЙ
КАШЕЛЬ
И ЗАТРУДНЕННОЕ,
УЧАЩЕННОЕ
ДЫХАНИЕ



СЛАБОСТЬ



ЖЕЛУДЧНО-
КИШЕЧНЫЕ
РАССТРОЙСТВА
(ТОШНОТА,
РВОТА, ПОНОС)



БОЛЬ
ПРИ ДВИЖЕНИИ
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ
НА СВЕТ

ПРОФИЛАКТИКА



ВЕСТИ
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ



РЕГУЛЯРНО
МЫТЬ РУКИ
С МЫЛОМ ИЛИ
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ
СРЕДСТВОМ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ
ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ
ЧИХАНИИ
И КАШЛЕ



СВОЕВРЕМЕННО
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ*



ИЗБЕГАТЬ
БОЛЬШОГО
СКОПЛЕНИЯ
ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАТЬ
КОНТАКТОВ
С БОЛЬНЫМИ

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



ОСТАВАТЬСЯ ДОМА
И СОБЛЮДАТЬ
ПОСТЕЛЬНЫЙ
РЕЖИМ



НЕ ЗАНИМАТЬСЯ
САМОЛЕЧЕНИЕМ,
А ВЫЗВАТЬ
ВРАЧА



ИСПОЛЬЗОВАТЬ
СРЕДСТВА
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ



ОБИЛЬНОЕ
ПОТРЕБЛЕНИЕ
ТЕПЛОЙ
ЖИДКОСТИ



ПРОВОДИТЬ
ВЛАЖНУЮ
УБОРКУ



ПРОВЕТРИВАТЬ
ПОМЕЩЕНИЕ

Алгоритм действий при признаках простуды



ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ПРОСТУДЫ



**ВЫЗОВИТЕ
УЧАСТКОВОГО
ВРАЧА НА ДОМ**

ДО ПРИХОДА ВРАЧА

- Оставайтесь дома
- Наденьте защитную маску
- Выпейте теплый чай

ПОСЛЕ ОСМОТРА ВРАЧА

- Оставайтесь дома
- Принимайте лекарства по назначениям
- Пейте не меньше 2 литров в сутки
- Лежите на животе
- Побольше отдыхайте
- Исключите контакты с окружающими

ВАМ СТАЛО ЛУЧШЕ

Уменьшились температура, насморк, появились силы

- Продолжайте лечение на дому
- Выполняйте рекомендации врача
- Выполняйте дыхательную гимнастику
- Соблюдайте самоизоляцию

СОСТОЯНИЕ НЕ ИЗМЕНИЛОСЬ

Сохраняется температура до 38 С, общая слабость, кашель, насморк

- Вызовите участкового врача на дом
- Будьте готовы к проведению дообследования (рентгенография, КТ)
- Вам будет проведена коррекция лечения или вы будете направлены в стационар

ВАМ СТАЛО ХУЖЕ

Температура выше 38,5 С, затрудненное дыхание

- Сохраняйте спокойствие
- Сообщите об ухудшении лечащему врачу поликлиники
- Будьте готовы к возможной госпитализации

**ВНИМАНИЕ! МАЗОК НА ПЦР И КТ ЛЕГКИХ
ВЫПОЛНЯЕТСЯ ПО НАЗНАЧЕНИЮ ВРАЧА**

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ COVID-19, ОРВИ И ГРИППА

СИМПТОМЫ

КОРОНАВИРУС

ОРВИ

ГРИПП

Повышенная
температуры

часто

редко

часто

Усталость

часто

иногда

часто

Кашель

часто(сухой)

иногда

часто

Чихание

нет

часто

часто

Потеря обоняния

часто

иногда

иногда

Боль в суставах (ломота)

часто

иногда

часто

Насморк

иногда

часто

редко

Боль в горле

иногда

часто

редко

Диарея

иногда

нет

редко

Головная боль

часто

иногда

часто

Одышка

иногда

нет

иногда

Искажение вкуса

часто

нет

нет

Заложенность ушей

редко

редко

редко