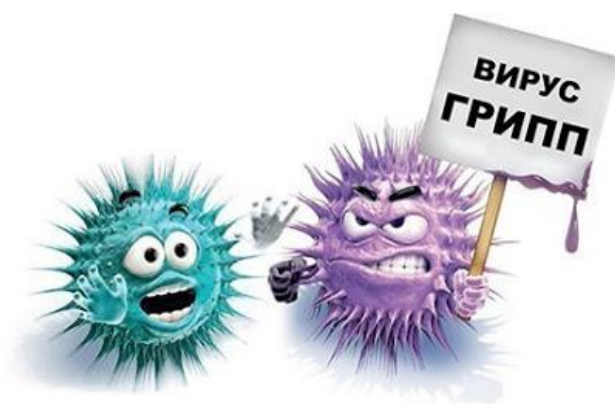


Что надо знать о сезонном гриппе?

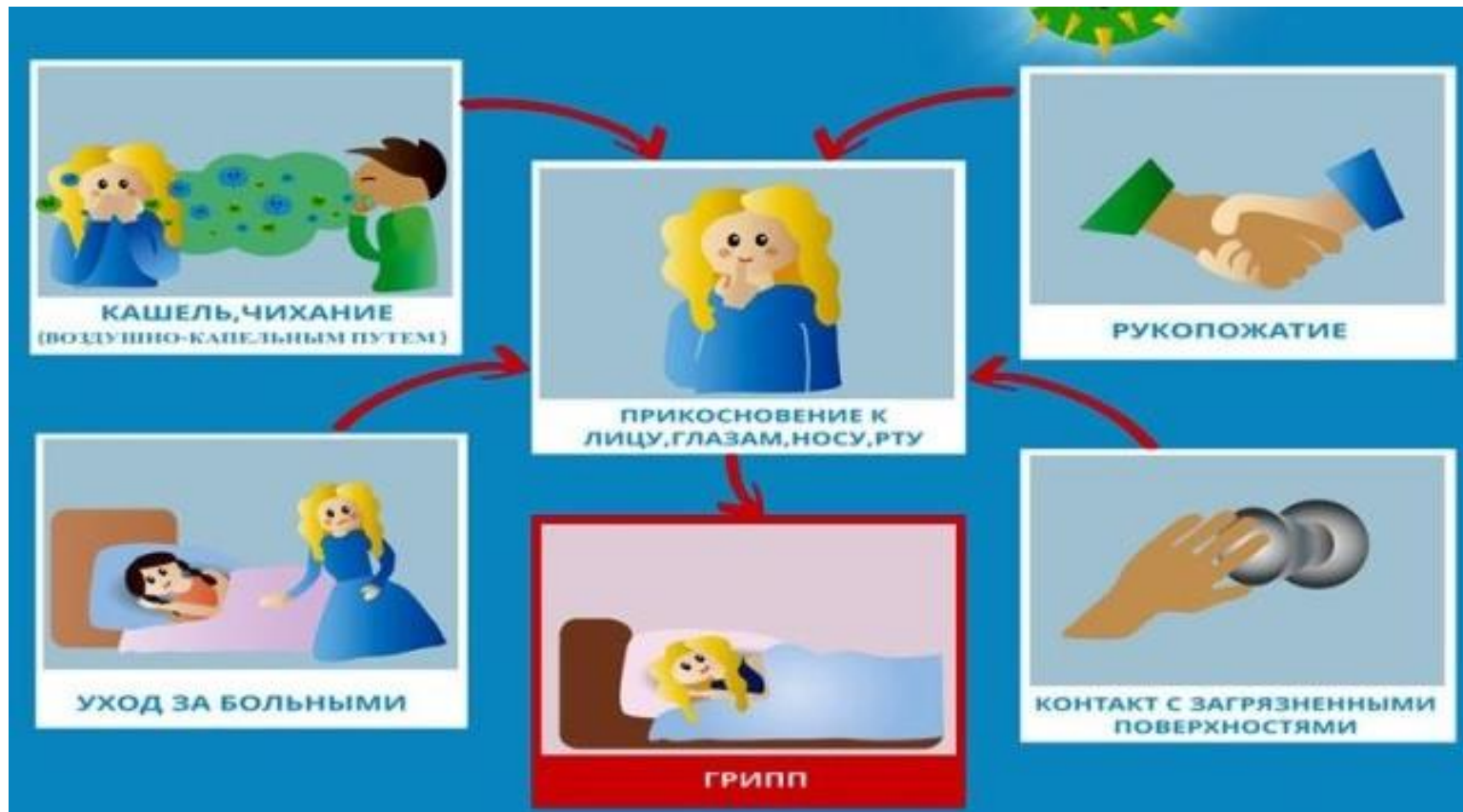


ГБУЗ ПК «Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»



Определение

ГРИПП - это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус



Симптомы гриппа

			
РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА, ОЗНОБ	ГОЛОВНАЯ БОЛЬ	ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ	БОЛЬ/ ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ
			
СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ	СЛАБОСТЬ	ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА, РВОТА, ПОНОС)	БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ



Что делать?

САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО!

Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение

ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ

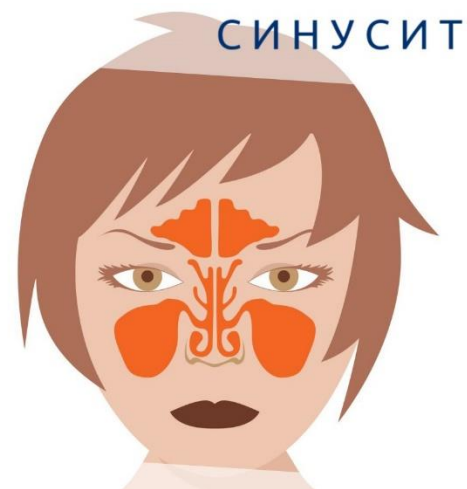
38 – 39°С вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи!

КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ ГРИПП

НА НОГАХ! Это может привести к тяжелейшим осложнениям



Чем опасен грипп для детей?



Как защитить ребенка от гриппа?

СПЕЦИФИЧЕСКАЯ
ПРОФИЛАКТИКА

ВАКЦИНАЦИЯ

ВЫРАБОТКА АНТИТЕЛ

ЗАЩИТА ОТ ГРИППА



Почему не нужно бояться вакцинации?

7

СВОЕВРЕМЕННО СТАВИТЬ ПРИВИВКУ*

Рекомендовано прививаться всем , начиная с 6 месяцев. Обязательно подлежат вакцинации:

1. медицинские работники;
2. работники образовательных организаций;
3. работники транспорта, коммунальной сферы;
4. беременные женщины;
5. лица старше 60 лет;
6. лица страдающие заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, часто болеющие ОРВИ;
7. студенты, школьники, дети, посещающие ДОУ.



Неспецифическая профилактика

				
РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБАТЫВАТЬ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ	ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ	ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ	ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ	ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



АНТИСЕПТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА РУК

Стандартная методика втирания EN-1500

Общая продолжительность процедуры 30 секунд



1
Ладонь к ладони,
включая запястья



2
Правая ладонь
на левую тыльную сторону
кисти и наоборот



3
Ладонь к ладони
с перекрещенными
пальцами



4
Пальцы в «замок», тыльной
стороной пальцев
растирать ладонь другой руки



5
Кругообразное растирание
левого большого пальца
в закрытой ладони правой
руки и наоборот



6
Кругообразное втирание
сомкнутых кончиков пальцев
правой руки на левой ладони
и наоборот

Неспецифическая профилактика



• Сбалансированное питание



• Проветривание



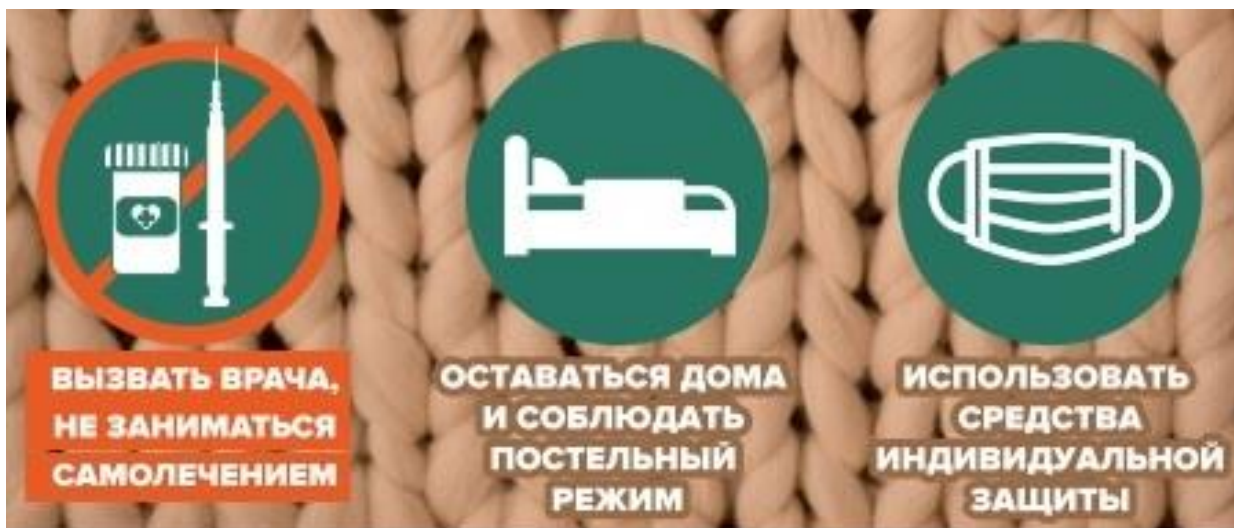
• Закаливание



• Питьевой режим



Если заболели



Спасибо за внимание!

12



WWW.BUDZDOROVPERM.RU

