Вакцинация - самый эффективный способ профилактики гриппа и ОРВИ!

Вакцинации против гриппа в первую очередь подлежат:лица высокого риска заражения:

- медицинские работники,
- работники детских дошкольных учреждений,
- преподаватели и учащиеся средних и высших учебных заведений,
- работники транспорта, предприятий общественного питания и торговли;

лица, относящиеся к группе риска неблагоприятных последствий заболевания гриппом:

- люди преклонного возраста,
- лица, страдающие хроническими соматическими заболеваниями,
- люди, часто болеющие ОРЗ,
- дети дошкольного возраста.

Для проведения вакцинации против гриппа необходимо обратиться в поликлинику по месту жительства к участковому терапевту, который после осмотра даст направление на проведение вакцинации; проинформирует о противопоказаниях.

Лучше предупредить, чем лечить!

- Избегать массовых мероприятий, где высока вероятность заболевания.
- Избегать переохлаждения.
- Следить за чистотой помещения, убирать его влажным способом, чаще проветривать.
- Избегать общения с больным гриппом. При уходе за больным необходимо носить 4-х слойную марлевую повязку, менять ее каждые 3 часа (стирать и проглаживать).
- Вирус может также передаваться через руки, инфицированные вирусом. Для предотвращения передачи больной должен прикрывать рот и нос при кашле носовым платком и регулярно мыть руки.
- Нарезать дольками лук, чеснок и разложить по комнатам для обеззараживания воздуха.
- Не забывать про лимон и др. продукты, в которых содержится большое количество витамина С.
- Принимать поливитамины по согласованию с лечащим врачом.

ГРИПП: ЗАЩИТИ СЕБЯ!

ПРИВИВКА ПОМОЖЕТ ВАМ ПЕРЕНЕСТИ ГРИПП БЕЗБОЛЕЗНЕННО

ОГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области"

Служба здоровья

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ