Профилактика гриппа

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| 03.10.202510:10 |
| **Профилактика гриппа** |
|  |
| В Кузбассе отмечается сезонный эпидемический подъем заболеваемостии регистрируется все большее число случаев респираторныхзаболеваний, из которых порядка 20% приходится на вирусыгриппа.  Грипп крайне опасен своими осложнениями – верхних дыхательных путейи ЛОР органов, сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит),нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии,полирадикулоневриты), а так же бронхит и пневмония. Именнопневмония является причиной большинства смертельных исходов отгриппа.  Грипп часто сопровождается обострением имеющихся хроническихзаболеваний.  **Как защитить себя от гриппа**  Основной мерой специфической профилактики гриппа являетсявакцинация. Она осуществляется эффективными противогриппознымивакцинами, содержащими актуальные штаммы вирусов гриппа напредстоящий эпидсезон.  **Профилактика в эпидемический сезон**  • Соблюдать гигиену рук (мыть руки с мылом или протиратьспиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками, гелями).  • Избегать близкого контакта с больными людьми.  • Ограничить пребывание в местах массового скопления людей.  • Соблюдать чистоту в помещениях, делать влажную уборку,проветривание.  • Употреблять в пищу продукты, обогащенные белками, витаминами иминеральными веществами.  • При появлении признаков заболевания ОРВИ необходимо обращаться кврачу.  Следует сказать, что на базе поликлиники №4 ГАУЗ городскойклинической больницы №29 завершена вакцинация работников ФГКУ«Национальный горноспасательный центр» от гриппа и пневмококковойинфекции. |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |