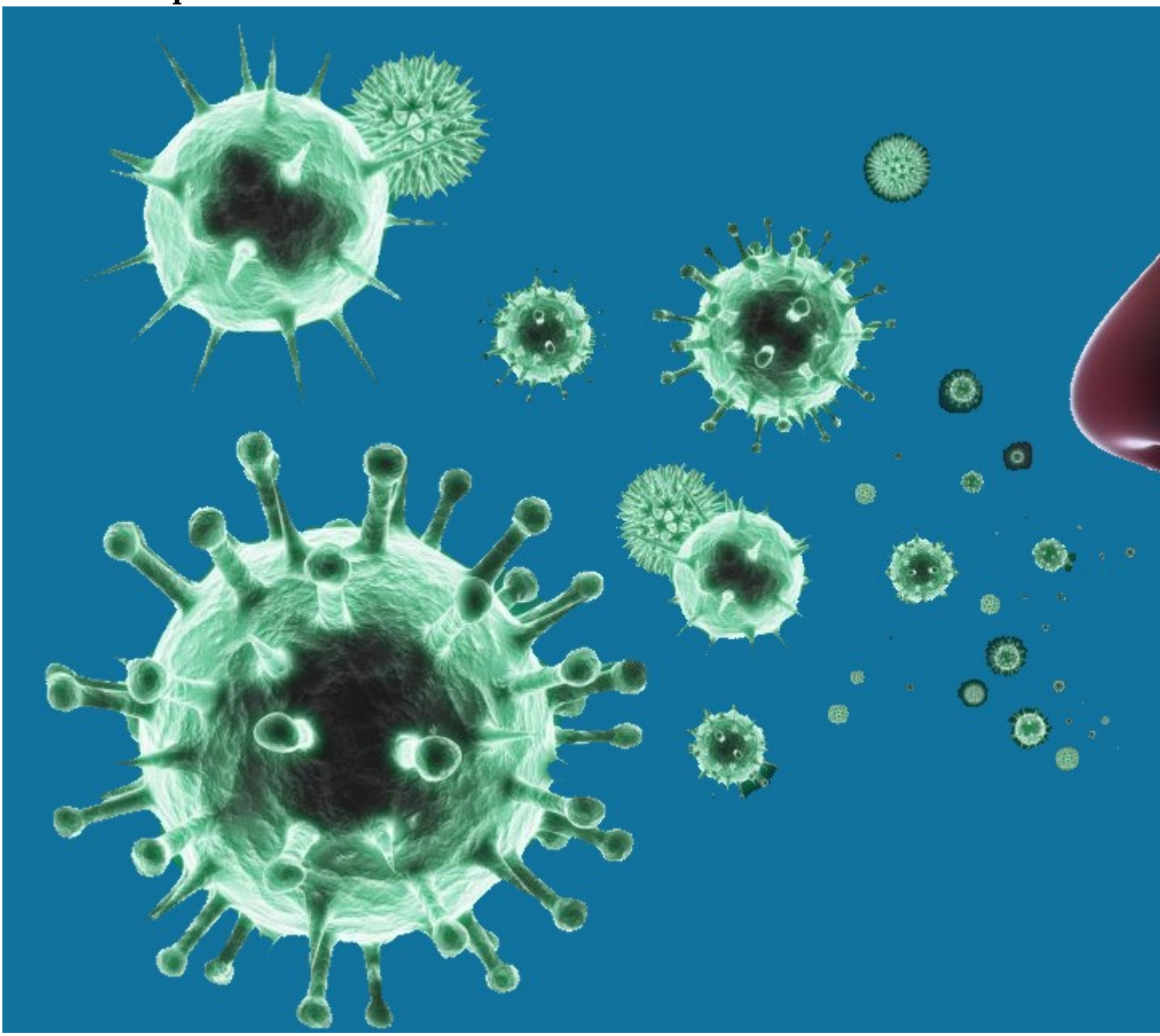
03.10.2025 10:10

Профилактика гриппа



В Кузбассе отмечается сезонный эпидемический подъем заболеваемости и регистрируетс
респираторных заболеваний, из которых порядка 20% приходится на вирусы гриппа.

Грипп крайне опасен своими осложнениями – верхних дыхательных путей и ЛОР органов,
(миокардит, перикардит), нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, не
так же бронхит и пневмония. Именно пневмония является причиной большинства смерте

Грипп часто сопровождается обострением имеющихся хронических заболеваний.

Как защитить себя от гриппа

Основной мерой специфической профилактики гриппа является вакцинация. Она осущест
противогриппозными вакцинами, содержащими актуальные штаммы вирусов гриппа на п

Профилактика в эпидемический сезон

• Соблюдать гигиену рук (мыть руки с мылом или протирать спиртосодержащими или дез
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 и минеральными веш

• При появлении признаков заболевания ОРВИ необходимо обращаться к врачу.

Следует сказать, что на базе поликлиники №4 ГАУЗ городской клинической больницы №2
работников ФГКУ «Национальный горноспасательный центр» от гриппа и пневмококково