

## **О вакцинации населения Приморского края против гриппа в 2022 году.**

**Вакцинация против сезонного гриппа – это безопасная процедура, которая остается наиболее эффективным способом профилактики гриппа.**

Необходимо учесть, что **БЕСПЛАТНО** (в рамках приоритетного национального проекта) прививают лиц из «групп риска»: медицинских работников, работников образования, студентов, лиц старше 60 лет, призывников, беременных женщин, работники сферы обслуживания, транспорта, и других людей с многочисленными производственными контактами, лиц с хронической патологией, детей от 6 месяцев до 6 лет, школьников.

Прививки против гриппа другим лицам (не вошедших в приоритетный национальный проект) будут проводиться **НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ** за счет средств местных бюджетов, страховых компаний и других видов финансирования, а также за собственные средства граждан.

**Напоминаем**, что грипп и ОРВИ являются воздушно-капельными инфекциями. Источником инфекции является больной человек **в течение 7 дней от начала заболевания**. Инкубационный период от нескольких часов до суток. Начало болезни острое с озноба, температура повышается быстро до 39-40°C. Длительность лихорадочного периода до 4 дней. Характерны катаральные симптомы: заложенность носа или небольшой ринит, сухой мучительный кашель.

**Передача возбудителя респираторной вирусной инфекции** осуществляется не только воздушно-капельным путем, но и бытовым. Респираторные вирусы сохраняются в воздухе помещений 2-9 часов, на бумаге, картоне, тканях – 8-12 часов, на металлических поверхностях и пластике – 24-48 часов, на поверхностях стекла – 10 дней.

Грипп опасен осложнениями: вирусное поражение легких, отек легких, ложный круп, острая дыхательная недостаточность, неврологические осложнения и др. Особенно **тяжело грипп протекает у детей раннего возраста, пожилых людей, беременных, лиц, имеющих хронические заболевания**.

Вакцинацию против ГРИППА нужно проводить каждый год!

Развитие иммунитета начинается уже со 2-го дня после прививки и достигает максимума на 15 - 30-й день. Поэтому, **вакцинацию против гриппа рекомендуется проводить заблаговременно**, за месяц до начала эпидемии.

В связи с постоянными изменениями вируса гриппа Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) ежегодно обновляет свои рекомендации относительно состава вакцин, состав вакцины регулярно меняется – это еще одна причина, почему вакцинацию против гриппа нужно проводить каждый год.

**Сделав прививку от гриппа, вы защитите не только себя, но и обезопасите окружающих людей, так как создается коллективный иммунитет, препятствующий распространению вируса!**

**ПРИЗЫВАЕМ ЖИТЕЛЕЙ КРАЯ АКТИВНО УЧАСТВОВАТЬ В ПРИВИВОЧНОЙ  
КАМПАНИИ ПРОТИВ ГРИППА!**

## О мерах профилактики коронавирусной инфекции

Меры профилактики — это основная превентивная мера, которую вы можете предпринять для предотвращения распространения заболевания. Основными из них являются:

- Не прикасаться руками к лицу. Ученые подсчитали, что в среднем человек за час 25 раз трогает свое лицо руками. При этом этими же руками люди касаются разных поверхностей, на которых может обитать вирус. В половине случаев заражение происходит посредством проникновения вируса через слизистые – глаза, рот, нос.

- Мыть руки. Такая вроде бы простая и элементарная процедура на настоящий момент является эффективной профилактикой COVID-19. Руки надо мыть как можно чаще, причем делать это нужно в течение 40-60 секунд. Рекомендуется использовать жидкое мыло, так как на твердом мыле могут остаться микроорганизмы;

- Использовать антисептики. Длительность обработки рук составляет 20-30 секунд. Но при покупке данных средств важно обращать внимание на состав. Рекомендуемая концентрация – 80% этанола, 1,45% глицерина, 0,125% перекиси водорода;

- Если во время чихания и кашля прикрывать рот и нос, распространение COVID-19 можно предотвратить. Кашлять и чихать нужно в салфетку, а если ее под рукой нет – в сгиб локтя. После использования салфетки, ее нужно сразу же выбросить в мусорный контейнер. Многие люди прикрывают рот и нос во время кашля и чихания ладонями – это неправильно и достаточно опасно. Вирус попадает на руки, которыми человек впоследствии прикасается к различным предметам;

- Носить маску. Данное изделие предназначено для больных людей, а также для тех, кто ухаживает за больными. Маска должна плотно прилегать к лицу, зазоров не должно оставаться. Менять маску нужно каждые 2-3 часа, повторно использовать ее нельзя;

- Стараться избегать близких контактов. Специалисты советуют держаться от других людей на расстоянии не менее 1,5 метра. О рукопожатиях, а тем более об объятиях следует пока забыть;

- Проветривание помещения. Приток свежего воздуха снижает вирусную нагрузку.

### Отдельно необходимо сказать о профилактике для пожилых людей:

Риск заражения после 65 лет увеличивается, особенно тяжело вирусная инфекция протекает у лиц, имеющих хронические заболевания. Если пожилые родственники проживают вместе с вами, их нужно поселить в отдельную, хорошо проветриваемую комнату, при общении с ними надевать маску и чаще дезинфицировать поверхности.

Мерами профилактики для пожилых людей являются:

- Оставаться дома, избегать поездок в общественном транспорте, не находиться в местах массового скопления людей;

- Заказывать продукты с доставкой на дом или через родственников;

- Укреплять иммунитет при помощи витаминов и других средств;

- Делать чаще влажную уборку, проветривать помещение.

**Важно! Оперативное обращение за медицинской помощью позволит врачам быстро направить вас в подходящее лечебное учреждение для лечения. А также это поможет избежать распространения COVID-19 среди ваших родных и знакомых**