|  |
| --- |
| **Не рискуйте здоровьем вашей семьи - убедитесь, что вы все делаете прививку против гриппа каждый год!**Благодаря вакцинации вы можете защитить себя от гриппа и избежать передачи болезни другим людям |
| **Грипп это не простуда**  Грипп – инфекционное заболевание, поражающее легкие, может привести к тяжелым осложнениям, включая пневмонию. Обычная простуда не приводит к таким осложнениям и смерти. Наиболее высокие риски тяжелого течения и смерти имеют беременные женщины, пожилые люди, маленькие люди с хроническими заболеваниями, такими как астма, диабет, сердечная и легочная патология, маленькие дети. И здоровый человек может из-за болезни пропустить работу, учебу и отдых, а также попасть в больницу. Даже в странах с высоким уровнем медицины (США) в год госпитализируется более 226 000 людей с осложнениями гриппа, включая 20 000 детей; примерно 36 000 человек умирают за год в США от гриппа и его осложнений.  |
| **У людей, заболевших гриппом, возрастает риск развития 1-го инфаркта миокарда** Риск увеличивается в 4,95 раза в первые 1-3 дня заболевания. Даже в срок на 29-90 день после заболевания гриппом риск повышен в 1,4 раза. **У людей, заболевших гриппом, возрастает риск развития инсульта** Риск увеличивается в 3,19 раза в первые 1-3 дня заболевания. Даже в срок на 29-91 день после заболевания гриппом риск повышен в 1,33 раза. |
| **Грипп у беременных**Заболевание гриппом в I триместр беременности чаще всего связывают с поражением ЦНС плода. Заболевание гриппом во II и III триместры приводит к риску тяжелого течения гриппа у беременной (риск увеличивается в 2 раза), приводящему к легочным осложнениям и смерти беременной, гибели плода и выкидышу, отставанию в развитии. |
|  **Наибольшая связанная с гриппом смертность регистрируется у пожилых людей.****Наибольшая связанная с гриппом заболеваемость регистрируется у детей.** |
| **Грипп может сделать по настоящему больными вас, ваших детей, ваших родителей.**Грипп обычно возникает внезапно. Симптомы могут включать повышение температуры, озноб, головные боли, чувство усталости, боль в горле, кашель и ощущение болей во всем теле. Некоторые люди говорят: «Мне кажется, что меня переехал грузовик!". Симптомы также могут быть не так ярко выражены. Несмотря на это, когда грипп поражает вашу семью, результатом является потеря времени в отношении работы, учебы, планов на отдых. |
|  **Правда ли, что грипп – серьезная проблема у детей?** Да. Младенцы и маленькие дети имеют высокий риск развития тяжелых форм гриппа, а также таких осложнений, как средний отит, круп и пневмония. Вот почему эксперты в области здравоохранения рекомендуют всем детям от 6 месяцев и старше проходить вакцинацию против гриппа каждой осенью-зимой. |
| **Дети, имеющие наивысший риск тяжелого течения гриппа (рекомендации развитых стран):** **Дети младше 6 месячного возраста**- Вакцина против гриппа не используется у детей младше 6 месяцев, однако, риск осложнений гриппа в этой группе выше, чем в любом другом возрасте. - Лучший способ защитить детей в возрасте до 6 месяцев – убедить вакцинироваться членов их семей и людей, ухаживающих за ними.  **Дети от 6 месяцев до 5 лет**- Даже здоровые дети этой возрастной группы подвержены риску тяжелого течения гриппа просто в силу своего возраста. - Дети с 2 до 5 лет в случае гриппа должны быть срочно проконсультированы врачом по поводу гриппа.- Для защиты их здоровья, все дети с 6 месяцев и старше каждый год должны быть вакцинированы против гриппа. Вакцинация детей, их семей и других лиц также может помочь защитить их от болезни.  **Дети с 6 месяцев и старше, имеющие следующие сопутствующие состояния:**- Астму или другую патологию легкий; - Ослабление иммунитета; - Хронические заболевания почек; - Заболевания сердца; - ВИЧ / СПИД - Диабет; - Длительный прием аспирина; - Любую патологию, которая может снизить функцию легких (врожденная патология, повреждения спинного мозга, судорожные состояния или другие неврологические расстройства)   |
| **Какие возможны осложнения при гриппе?**Наиболее частым осложнением гриппа является бактериальная пневмония. Вирусная пневмония (из-за интенсивного размножения вируса гриппа в легких) случается реже, но имеет очень высокую летальность.  Другие осложнения включают фебрильные судороги, миокардит, обострение легочных заболеваний (например, бронхит), миозит, менингит или энцефалит.Синдром Рея является осложнением, которое встречается почти исключительно у детей – у них развивается сильная рвота и спутанность сознания, которая может прогрессировать до комы из-за отека головного мозга. Чтобы уменьшить вероятность развития синдрома Рея, младенцам, детям и подросткам не следует давать аспирин (и препараты, содержащие аспирин) для снижения температуры тела.Особенно частые осложнения гриппа у детей - острый отит среднего уха, а также круп или бронхит у грудных детей и детей младшего возраста.  |
| **Грипп легко передается от человека к человеку.**Инфицированные люди могут распространять грипп при кашле, чихании или просто при разговоре рядом с другими. Они также могут распространять вирус гриппа, касаясь или чихая на объект, к которому кто-то прикоснется позже (дверные ручки, поверхности столов, клавиатуры). Другой человек может заразиться гриппом, касаясь этих поверхностей или объектов, а затем касаясь своих рта, глаз или носа.  Вирус гриппа во внешней среде может сохранять жизнеспособность на твердой поверхности в течение 24 часов, на мягкой поверхности в течение приблизительно 20 минут. Инфицированный человек может быть заразен, еще не чувствуя себя больным. Большинство взрослых могут заразить других, начиная с 1 дня до появления симптомов и до 5-7 дня после начала заболевания. Некоторые люди, особенно дети и люди с ослабленной иммунной системой, могут заражать других в течение еще более длительного времени.  Степень заразности уменьшается по мере уменьшения симптомов заболевания, и как только признаки болезни исчезли, пациенты более не считаются заразными. |
| **Что нужно делать, чтобы руки были чистыми?**Мойте свои руки и руки детей с мылом и водой. В США рекомендуют мыть руки на протяжении времени, достаточного, чтобы спеть песню "С Днем Рождения тебя…" два раза. Если мыло и вода недоступны, и на руках не содержатся видимые глазу загрязнения, то можно использовать спирто-содержащие салфетки или гель. Гель следует втирать в руки до тех пор, пока руки не станут сухими. |
| **Сколько времени нужно, чтобы после контакта с зараженным гриппом человеком развились симптомы гриппа?**Инкубационный период гриппа, как правило, составляет 2 дня, но может колебаться от 1 до 4 дней. |
|  **Грипп может быть очень серьезным заболеванием для Вас, Вашей семьи и друзей - но вы можете быть защищены, проведя вакцинацию.**Не существует другой адекватной защиты против гриппа, кроме ежегодной вакцинации. Вакцины против гриппа будут защищать Вас и Ваших близких от этого потенциально смертельного заболевания. Делайте прививку каждый год и убедитесь, что ваши дети и ваши родители привиты тоже. |
| **Вакцина против гриппа может спасти жизнь.**Большинство людей с гриппом болеют примерно в течении недели, затем чувствуют себя лучше. Но некоторые, особенно маленькие дети, беременные женщины, пожилые и люди, имеющие хронические заболевания, могут серьезно заболеть. Некоторые из них даже умирают.Ежегодная вакцинация против гриппа является лучшим способом защитить себя и своего ребенка от серьезного заболевания. Вакцинацию можно проводить всем людям, начиная с возраста 6 месяцев.Обезопасить себя и детей можно проведением вакцинации против гриппа осенью или зимой.  |
| **Что представляют собой вакцины против гриппа – инактивированные и живые?** Существует два типа вакцин против гриппа:  1. Инактивированные(убитые) вакцины против гриппа, вакцинация осуществляется инъекцией (уколом) при помощи иглы. 2. Живые ослабленныевакцины против гриппа, иммунизация осуществляется путем распыления в нос**.** Вирусы гриппа постоянно меняются, поэтому рекомендуется проходить вакцинацию ежегодно. Каждый год ученые создают вакцину на основе вирусов гриппа, которые вероятнее всего станут причиной гриппа в текущем году. Вакцины против гриппа не защищают от заболеваний, вызванных другими вирусами, в том числе другими вирусами гриппа, не содержащимися в данной вакцине.Защита от гриппа развивается в течение двух недель после введения и действует около года.  **Кому и когда рекомендуется вакцинироваться против гриппа инактивированной вакциной и когда?** Вакцинация против гриппа рекомендуется всем людям в возрасте от 6 месяцев и старше. Вакцинация особенно важна для лиц, предрасположенных к тяжелой форме заболевания гриппом (младенцы, беременные, пожилые, люди с хроническими заболеваниями), и их близких, включая медицинский персонал и лиц, ухаживающих за детьми или больными людьми.Пройдите вакцинацию сразу, как только вакцина станет доступна. Таким образом, вы будете защищены в случае раннего наступления сезона гриппа. Грипп может начаться в любое время, хотя в большинстве случаев грипп появляется в период с октября по май. В последнее время чаще всего инфекция появлялась в январе и феврале. Начало массовой вакцинации примерно после середины октября обусловлено накоплением необходимого количества вакцины.  Вакцинация также должна проводиться и в течение сезона гриппа, если человек не успел привиться ранее.В течение всего сезона также получают вторую дозу дети, которые привиты первый раз, но не смогли своевременно получить вторую дозу, если она была нужна им по возрасту. Это избавит их от необходимости дважды вакцинироваться в следующий сезон. В большинстве лет прохождение вакцинации в декабре или даже позже по-прежнему будет полезным. Вакцинацию против гриппа можно проводить одновременно с вакцинацией против других заболеваний, включая вакцинацию от пневмококковых инфекций.  |
| **Если ребенок впервые в жизни прививается против гриппа, достаточно ли ему однократного введения вакцины для формирования защитного иммунитета?** Нет, недостаточно. Детям, впервые в жизни прививаемым против гриппа для формирования адекватного защитного иммунитета необходимо введение 2х доз вакцины с интервалом не менее 4 недель. Если прививка сделана однократно, это не гарантирует полноценной защиты при контакте с инфекцией. Если ребенок в данный сезон гриппа все же не получил второе введение вакцины, международные рекомендации рекомендуют привить его дважды на следующий год.В дальнейшем ребенок получает по одной прививке, каждый год дважды прививаться не нужно.До какого возраста ребенку показано в первый раз двукратное прививание – написано в инструкции к конкретной применяемой вакцине против гриппа. В некоторых вакцинах написано до 9 лет, в некоторых – до 14 лет.  |
| **Есть ли различие в составе российских и зарубежных инактивированных вакцин против гриппа?**В отечественные и в зарубежные вакцины входят одинаковые наименования трех штаммов гриппа, отобранные как самые актуальные для предстоящего сезона путем наблюдения по всему миру, включая РФ.Лучше прививаться отечественной вакциной, т.к. она создана на основе штамма гриппа, бытующего у нас, а не за рубежом. |
|  **Насколько эффективна и безопасна инактивированные вакцины против гриппа у детей до 5 лет?** В исследованиях было показано, что- у детей в возрасте до 5 лет вакцинация инактивированной вакциной против гриппа уменьшает частоту лабораторно подтвержденных случаев гриппа почти на 86%. - в данной возрастной группе вакцинация также достоверно снижает заболеваемость острым средним отитом. - данные по безопасности инактивированных вакцин против гриппа были оценены как превосходные, при этом каких-либо существенных проблем с безопасностью к настоящему времени не отмечалось даже у младенцев.  |
| **Некоторым людям не следует проводить вакцинацию против гриппа или следует подождать.**Сообщите врачу, если у вас наблюдается сильная (угрожающая жизни) аллергическая реакция, в том числе сильная аллергическая реакция на яйца. Сильная аллергическая реакция на какой-либо компонент вакцины (см. инструкцию к конкретному препарату) может послужить причиной для отвода от вакцинации. Аллергические реакции на вакцину против гриппа наблюдаются редко. Сообщите врачу, если у вас когда-либо развивалась сильная аллергическая реакция после введения вакцины против гриппа.Лица, имеющие острые заболевания, должны выздороветь перед прохождением вакцинации против гриппа. Остаточные явления после ОРЗ в виде кашля и насморка отводом от вакцинации не являются.Если вы заболеваете, поговорите с врачом о переносе даты вакцинации.Не нужно откладывать вакцинацию, если человек принимает антибиотики. Не существует никаких доказательств, что острое заболевание снижает эффективность вакцинации или повышает риск побочных реакций.  |
| **Могут ли заставить сделать прививку от гриппа ребенку и на каком основании?**  Насильно никто никому никакие прививки делать не может и не имеет права.  Федеральный закон от 17 сентября 1998 г. N 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» <http://www.privivka.ru/ru/expert/russian/?id=157> в Статье 5 «Права и обязанности граждан при осуществлении иммунопрофилактики» гласит – «*…1. Граждане при осуществлении иммунопрофилактики имеют право на: …отказ от профилактических прививок.*»То есть любой родитель или опекун может отказаться прививать против гриппа своих детей. Это его право и его ответственность. **Что может быть при отказе от вакцинации ребенка против гриппа?** Там же в Статье 5 в пункте 2 указано, что «*… 2. Отсутствие профилактических прививок влечет:- запрет для граждан на выезд в страны, пребывание в которых в соответствии с международными медико-санитарными правилами либо международными договорами Российской Федерации требует конкретных профилактических прививок;- временный отказ в приеме граждан в образовательные и оздоровительные учреждения в случае возникновения массовых инфекционных заболеваний или при угрозе возникновения эпидемий;- отказ в приеме граждан на работы или отстранение граждан от работ, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями…*» **Таким образом, непривитого против гриппа ребенка во время подъема заболеваемости гриппом на законных основаниях могут не принять в детское образовательное или оздоровительное учреждение (детский сад, школа и тп).** Вакцинация детей с возраста 6 мес. регламентирована в Календарем прививок РФ <http://www.privivka.ru/ru/expert/russian/?id=154>   |
| **Можно ли одновременно с прививкой против гриппа делать другие прививки?** Детям одновременно с прививкой против гриппа можно вводить любые вакцины, кроме БЦЖ и вакцины против желтой лихорадки. Взрослым одновременно с прививкой против гриппа можно вводить любые вакцины. Если ребенку или взрослому показана пневмококковая вакцинация, удобнее вести её одновременно с вакциной против гриппа.  |
| **Через какое время после заболевания можно делать прививки против гриппа?** После нетяжелых ОРЗ, кишечных инфекций и тп прививки можно делать сразу после снижения температуры. Остаточные насморк и кашель после ОРЗ противопоказанием не являются.Отвод на 2-4 недели обычно делается при серьезных заболеваниях. |
|  **Есть ли люди, которым вакцинация является обязательной?** Да, есть. Согласно Постановлению Правительства РФ от 15 июля 1999 г. N 825 "Об утверждении перечня работ, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями и требует обязательного проведения профилактических прививок" <http://www.privivka.ru/ru/expert/russian/?id=155> обязательным прививкам подлежат лица, занятые следующими работами:1. Сельскохозяйственные, гидромелиоративные, строительные и другие работы по выемке и перемещению грунта, заготовительные, промысловые, геологические, изыскательские, экспедиционные, дератизационные и дезинсекционные работы на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.2. Работы по лесозаготовке, расчистке и благоустройству леса, зон оздоровления и отдыха населения на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.3. Работы в организациях по заготовке, хранению, обработке сырья и продуктов животноводства, полученных из хозяйств, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.4. Работы по заготовке, хранению и переработке сельскохозяйственной продукции на территориях, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.5. Работы по убою скота, больного инфекциями, общими для человека и животных, заготовке и переработке полученных от него мяса и мясопродуктов.6. Работы, связанные с уходом за животными и обслуживанием животноводческих объектов в животноводческих хозяйствах, неблагополучных по инфекциям, общим для человека и животных.7. Работы по отлову и содержанию безнадзорных животных.8. Работы по обслуживанию канализационных сооружений, оборудования и сетей.9. Работы с больными инфекционными заболеваниями.10. Работы с живыми культурами возбудителей инфекционных заболеваний.11. Работы с кровью и биологическими жидкостями человека.12. Работы во всех типах и видах образовательных учреждений.**Работникам из этого списка отказ от прививок влечет за собой отстранение от работы.**  |
| **Можно ли от прививки заболеть гриппом?**Это невозможно. Заболеть гриппом из-за введения инактивированной противогриппозной вакцины невозможно даже теоретически. Вакцина грипп не может вызвать, т.к. не содержит вируса гриппа, а содержит несколько отдельных частиц убитого вируса. Эти частицы превратиться в вирус гриппа не могут и грипп вызвать не могут.  |
| **Если человек заболел гриппом** |
| **Может ли ребенок пойти в школу / детский сад с симптомами гриппа?**Нет, если у ребенка грипп, он должен оставаться дома, чтобы лечиться. Это поможет избежать распространения гриппа на других детей.  |
| **Что мне нужно делать, если мой ребенок заболел?**Убедитесь, что ваш ребенок достаточно отдыхает и пьет много жидкости. Поговорите с врачом, прежде чем давать ребенку какие-то лекарства. Если вы подозреваете, что ваш ребенок болен гриппом, не давайте ему аспирин или лекарства, содержащие аспирин. Это может привести к серьезным проблемам мозга и печени (синдром Рея).  |
|  **Опасные признаки, которые могут быть у детей или подростков, больных гриппом****Любой ребенок или подросток, у которого появились следующие опасные признаки, нуждается в срочной медицинской помощи - отвезите его в приемное отделение больницы или позвоните в скорую помощь:**• Частое или затрудненное дыхание• Синеватый цвет кожи• Не просыпается или не общается• Раздражительность, ребенок не хочет чтобы его носили• Не пьет достаточно жидкости• Не мочится или нет слез во время плача• Сильная или непрекращающаяся рвота• Проявления гриппа уменьшились, но затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем  |
|  **Опасные признаки у взрослых при гриппе****Любой взрослый, у которого появились следующие опасные признаки, нуждается в срочной медицинской помощи - отвезите его в приемное отделение больницы или позвоните в скорую помощь:**• Затрудненное дыхание или одышка• Боль или сдавливание в груди или в животе• Спутанное сознание• Сильная или непрекращающаяся рвота• Внезапное головокружение• Проявления гриппа уменьшились, но затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем |
| **Срочно обратитесь за неотложной медицинской помощью, если Вы сами или член Вашей семьи имеет признаки, указанные выше - жизнь может находиться в опасности!Каждый год дети, взрослые, пожилые люди и беременные женщины умирают от гриппа и его осложнений.**   |
|  **Когда ребенок может вернуться в школу или детский сад после гриппа?**Дети с гриппом должны быть изолированы дома, отдельно от других людей.Они также должны оставаться дома, до тех пор, пока проявления заболевания не будут отсутствовать в течение 24 часов (то есть, до тех пор пока не прекратится лихорадка и они будут чувствовать себя хорошо в течение 24 часов).  Напомните ребенку, чтобы он защищал других, прикрывая свой рот при кашле или чихании. Вы можете давать ребенку в школу салфетки, пропитанные спирт-содержащим антисептиком, или спирт-содержащие гели, если в школе это разрешено.   |