

## На Кубани стартовала прививочная кампания против гриппа.



В связи с продолжающейся регистрацией случаев заражения COVID-19, с целью профилактики ОРВИ и гриппа на Кубани стартовала вакцинация населения против гриппа. Планируется привить 60% жителей – это свыше 3 миллионов человек. «**Плановую вакцинацию** следует начинать в тёплое время года, когда иммунитет большинства людей ещё достаточно крепок после солнечного и тёплого

лета, а пик заболеваемости ещё не предвидится. Если начинать прививать всех с августа-сентября, то до октября выработается иммунный ответ», - отметил главный внештатный инфекционист министерства здравоохранения Краснодарского края Сергей Зотов. «Прививки от гриппа абсолютно **безопасны** и являются основным способом его профилактики. Грипп – заболевание, которое успешно взято под контроль, благодаря разработке вакцины. Но грипп по-прежнему опасен осложнениями», - подчеркнул специалист.

### **Бесплатно вакцинацию могут пройти:**

- дети с 6 месяцев до 18 лет;
- студенты;
- взрослые, работающие по отдельным профессиям (работники образовательных и медицинских организаций, транспорта, коммунальной сферы и др.);
- взрослые старше 60 лет;
- беременные женщины;
- лица, подлежащие призыву на военную службу;
- лица с хроническими заболеваниями.

**В обязательном порядке** пройти вакцинацию нужно сотрудникам образовательных, медицинских учреждений, водителям, а также людям старше 60 лет и имеющим хронические заболевания.

**Противопоказаний** у вакцины немного. Не стоит делать прививку тем, у кого есть аллергия на белок куриного яйца или у кого была выраженная аллергическая реакция на предыдущую вакцинацию.

Прививку против гриппа Вы можете бесплатно сделать в районной поликлинике и в ЛПУ района по месту жительства. Чтобы получить вакцину нужен паспорт, полис и СНИЛС. На данный момент в наличии имеются вакцины для взрослых: «Совигрипп», для детей и беременных: «Ультрикс Квадри», которые достаточно хорошо зарекомендовали себя в прошлые годы. Применение прививки против гриппа снижает уровень заболеваемости в 1,4-1,7 раза, способствует уменьшению тяжести заболевания, предупреждает развитие тяжелых осложнений и смертельных исходов. Прививка эффективна во всех возрастных группах примерно в диапазоне 70-90 % случаев.

В результате иммунизации у здоровых взрослых сокращается число госпитализаций по поводу пневмонии на 40%, а среди пожилых людей — на 45-85%. Кроме того, на 36-69% снижается частота среднего отита, на 20% — обострений хронического бронхита, на 60-70% сокращается количество обострений бронхиальной астмы. В организованных коллективах пожилых людей (дома престарелых, интернаты) смертность от гриппа снижается на 80%.

Иммунитет после введения вакцины формируется через 14 дней и сохраняется в течение всего сезона. К сожалению, иммунитет, вырабатываемый после вакцинации, кратковременный. Это в значительной степени обусловлено высокой изменчивостью циркулирующего вируса гриппа, появлением нового или даже возвратом старого подтипа вируса. В связи с этим противогриппозный иммунитет, выработанный в предыдущем году, не спасает от заболевания в текущем году. Поэтому необходима ежегодная иммунизация с использованием прививки только текущего года производства.

Кроме того, в нашем районе продолжается вакцинация и ревакцинация населения против коронавирусной инфекции вакциной «ГамковидВак» («Спутник V»). Делать прививки от гриппа и коронавируса необходимо либо одновременно в один день, либо с интервалом не менее месяца, но только после консультации с врачом.

**Вакцина от гриппа 2022-2023 – это возможность всем желающим защититься от возможных осложнений в случае заболевания.**

Заведующий ОМК Щербиновская ЦРБ Звонарева Н.С.



Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

**СИМПТОМЫ ГРИППА:** жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

### ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо
- Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям



### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничные морсы, щелочные минеральные воды)

### КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

### КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация\*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

\*Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости.

**НЕТ**

**ДА**

# ВАКЦИНА ОТ ГРИППА



Вакцина от гриппа защищает от всех форм гриппа



Риск заражения гриппом после прививки остаётся. В среднем прививка обеспечивает защиту на 80-90%



Вакцина может вызвать заболевание гриппом



Вакцина содержит инактивированный (убитый) вирус, который вызывает иммунный ответ, но не способен вызвать заболевание



При аллергии на куриные яйца нельзя вакцинироваться от гриппа



Большинство современных вакцин от гриппа безопасны для людей с аллергией на куриный белок. Посоветуйтесь с врачом о выборе вакцины



Грипп не очень-то и опасен. Это просто тяжёлая простуда. Лучше переболеть гриппом, а не вакцинироваться



Грипп очень опасен, особенно для младенцев, пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями. Грипп может привести к серьёзным осложнениям, госпитализации и смерти даже у молодых здоровых людей



**ПРИВИВАЙТЕСЬ ОТ ГРИППА ВОВРЕМЯ!  
СЕНТЯБРЬ И НОЯБРЬ - ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ДЛЯ  
ВАКЦИНАЦИИ!**

# ГИД ПО КВАДРИВАЛЕНТНОЙ ВАКЦИНЕ ПРОТИВ ГРИППА

## ЧТО ТАКОЕ КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?

Квадριвалентная (четырёхвалентная) вакцина против гриппа предназначена для защиты от четырех различных типов вирусов гриппа:

- двух вирусов гриппа типа **A**
- двух вирусов гриппа типа **B**

## КТО В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ДОЛЖЕН ПОЛУЧИТЬ КВАДРИВАЛЕНТНУЮ ВАКЦИНУ ПРОТИВ ГРИППА?

В первую очередь вакцину получают: работники медицинских, транспортных, образовательных организаций, коммунальных служб, студенты ВУЗов, люди, с хроническими заболеваниями, призывники, беременные, дети, лица старше 60 лет.

## МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ПОСЛЕ КВАДРИВАЛЕНТНОЙ ВАКЦИНЫ?

Нет, эта вакцина не может вызывать заболевание гриппом, потому что вакцинные вирусы, используемые для ее производства, «инактивируются» (убиваются) или ослабляются.

## ЗАЧЕМ НУЖНА КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?

Раньше вакцины против гриппа защищали от трех различных вирусов гриппа (трехвалентные вакцины). Они включали в себя вирус гриппа типа **A (H1N1)**, вирус гриппа типа **A (H3N2)** и один вирус гриппа типа **B**.

Надо было выбирать только один подтип вируса гриппа типа **B**, хотя есть два подтипа вируса гриппа типа **B**, которые равновероятно циркулируют в течение большинства сезонов. В итоге, вакцина может не защищать от не включенного в нее варианта вируса гриппа типа **B**.

Добавление еще одного подтипа вируса гриппа типа **B** в вакцину сделало ее более эффективной.

## БЕЗОПАСНА ЛИ КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?

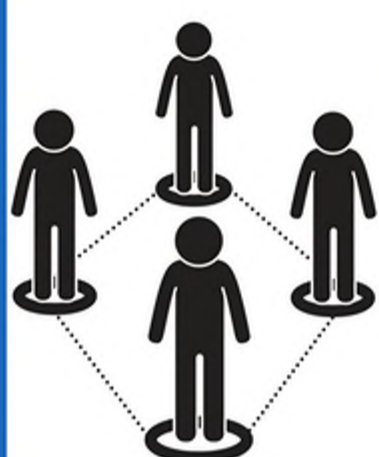
Да. Эта вакцина имеет профиль безопасности, аналогичный вакцинам против сезонного гриппа, изготовленным для защиты от трех вирусов, с похожими, в основном легкими, побочными эффектами.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ЛЮДЯМ, ЕСЛИ ОНИ НЕ МОГУТ НАЙТИ ЧЕТЫРЕХВАЛЕНТНУЮ ВАКЦИНУ?

Не откладывайте вакцинацию, если не можете найти четырехвалентную вакцину. Важно сделать прививку от гриппа. Вакцинируйтесь трехвалентной вакциной, если квадριвалентная вакцина недоступна.



# ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА?



## ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- Один заболевший может заразить до 40 здоровых людей.
- Максимальная вероятность заболевания в семье, коллективе.



## ГРИПП ОПАСЕН ОСЛОЖНЕНИЯМИ:

- Воспалением легких (пневмонией);
- воспалением бронхов (бронхитом);
- воспалением сердечной мышцы (миокардитом);
- воспалением среднего уха (отитом).



## В ГРУППЕ ОСОБОГО РИСКА - ЛИЦА С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

- Сердечно - сосудистой системы;
- органов дыхания;
- эндокринной системы.

У них грипп вызывает ухудшение состояния, провоцирует возникновение инсульта или инфаркта.



## У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ МИНИМАЛЬНА

В случае заражения болезнь будет протекать в легкой форме и без осложнений.

**Правильный выбор - прививка против гриппа!**



Министерство здравоохранения  
Краснодарского края



ГБУЗ "Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики"  
министерства здравоохранения  
Краснодарского края

# ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ



## ВИРУСЫ ЕСТЬ ВЕЗДЕ

- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ, МЫ НЕ СМОЖЕМ УВИДЕТЬ ИХ БЕЗ МИКРОСКОПА.
- КОГДА ЗАБОЛЕВШИЙ ЧЕЛОВЕК, КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАЗГОВАРИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОКРУГ С КАПЕЛЬКАМИ СЛЮНЫ.
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВДЫХАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ.

## КАК ЕЩЁ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШИСЬ К ЛЮБОЙ ТВЁРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ ИЛИ ПРЕДМЕТУ, ЕСЛИ ТАМ ЕСТЬ ВИРУСЫ (СТОЛ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, ТЕЛЕФОН, ИГРУШКА, ПЕРИЛА).
- ПРИКАСАЯСЬ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ КО РТУ, К НОСУ, ГЛАЗАМ.
- ПРИ РУКОПОЖАТИЯХ, ПОЦЕЛУЯХ И ОБЪЯТИЯХ.



## В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ 2-Х ЧАСОВ!

### СИМПТОМЫ

- ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ
- ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ

## КАК ЗАЩИТИТЬСЯ

### СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ И ПОСЛЕ ТУАЛЕТА.
- ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВЫСЫПАЙСЯ.
- МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНИЯ, СМОРКАНИЯ.
- ПРОВЕТРИВАЙ КОМНАТУ: ТАМ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ.
- ЕСЛИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ИСПОЛЬЗУЙ АНТИСЕПТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО.
- НАДЕВАЙ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И В ТРАНСПОРТЕ.
- НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, РОТ, НОС ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ.
- ИЗБЕГАЙ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ.

### КАШЕЛЬ? НАСМОРК? ТЕМПЕРАТУРА?

Оставайся дома и сообщи в поликлинику о своем состоянии