



## ГРИПП.

Грипп – острая респираторная вирусная инфекция, которая имеет всемирное распространение, поражает все возрастные группы людей, а также животных.

Грипп и ОРВИ составляют около 95% всей инфекционной заболеваемости. Ежегодно в Российской Федерации болеют гриппом 8-9 % всего населения, в мире 5-15% населения.

Возбудителями заболевания являются вирусы гриппа человека. Вирусы гриппа животных и птиц не опасны для человека, опасны мутации вирусов гриппа животных и человека.

Источником инфекции является больной человек, который выделяет вирусы при кашле, чиханье. Радиус рассеивания вируса при кашле составляет около 1 метра. Больной гриппом наиболее заразен в первые дни болезни, после 7-ого дня большинство больных уже незаразны.

Для гриппа характерно острое начало заболевания, температура в первые сутки достигает 38-40 С, появляется слабость, боли в мышцах, головная боль, слезотечение, может появиться кашель, боль в горле, заложенность носа.

Грипп опасен развитием тяжелых форм - инфекционно-токсического шока, отеком и набуханием головного мозга, а также развитием осложнений - бронхита, пневмонии и другими.

Группами риска по гриппу являются дети, учащиеся общеобразовательных учреждений, лица пожилого возраста, лица страдающие хроническими заболеваниями, медицинские работники, работники детских дошкольных, общеобразовательных учреждений, работники торговли, транспорта.

При появлении первых симптомах гриппа необходимо немедленно вызвать врача на дом. Ни в коем случае нельзя переносить грипп на ногах и заниматься самолечением. При появлении больного дома нужно выполнять ряд мероприятий, чтобы предупредить заражение гриппом других членов семьи. Влажная уборка с применением любых дезинфицирующих средств полностью обеззараживает помещение. Обеззараживание белья обеспечивается стиркой. Санация воздуха в помещениях достигается частым проветриванием.

Мерой профилактики гриппа является укрепление защитных сил организма – закаливание, правильное питание, прием витаминов и др. Самым эффективным способом профилактики является **вакцинация**, которая значительно снижает риск возникновения заболевания, а также развитие тяжелых форм гриппа и осложнений.

Привиться против гриппа можно в поликлиниках по месту жительства бесплатно всем лицам, входящим в группу риска (дети дошкольного возраста с 6 месяцев и старше, учащиеся школ, средних и высших профессиональных учебных заведений, работники медицинских и образовательных учреждений, коммунальной службы, торговли, транспорта, лица старше 60 лет). Так же, по желанию, можно привиться в вакцинальных центрах на платной основе.

**Берегите себя и здоровье своих близких!**