



**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА**  
**Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и**  
**благополучия человека по городу Москве в Восточном административном округе города Москвы**  
**2-я Владимирская, д. 46, корп. 2, Москва, Россия, 111141**

**О мероприятиях по профилактике гриппа**  
**И**  
**острых респираторных вирусных**  
**инфекций, в том числе новой**  
**коронавирусной инфекции в**  
**эпидемическом сезоне 2020-2021гг.**

**Москва 2020**

# РАСПРОСТРАНЕНИЕ ГРИППА

**Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) это самые массовые инфекционные заболевания - в общей структуре заболеваний они составляют более 95%.**

**Заражение гриппом и коронавирусной инфекцией происходит от больного человека воздушно-капельным путем при непосредственном вдыхании вируса с аэрозолем, который образуется при кашле, чихании, разговоре, а также контактно-бытовым путем через зараженные вирусом объекты, которыми пользовался или которых касался больной человек (полотенце, белье, носовой платок, маску, книги, дверные ручки, различные гаджеты и любые другие поверхности).**

**На различных поверхностях коронавирусы и вирусы гриппа сохраняются 48 часов и дольше. Губительно действуют на вирусы солнечный свет, дезинфицирующие средства, на коронавирусы – высушивание, а на вирусы гриппа наоборот - влажная среда.**



# СИМПТОМЫ

**В зависимости от конкретного вида возбудителя симптомы могут значительно различаться, как по степени выраженности, так и по вариантам сочетания.**

- **Повышение температуры**
- **Озноб, общее недомогание, слабость головная боль, боли в мышцах**
- **Снижение аппетита, возможны тошнота и рвота**
- **Конъюнктивит (возможно)**
- **Понос (возможно)**

**В среднем, болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.**

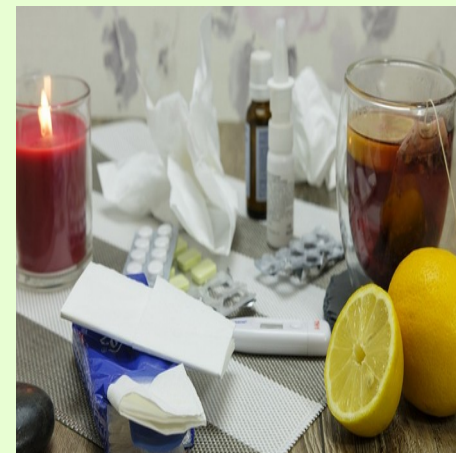
**Обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений:**

- **Лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.**
- **Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит).**
- **Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).**
- **Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).**

**Вызывая осложнения, грипп на несколько лет сокращает продолжительность жизни заболевшего.**

**Грипп очень опасен. Заболевание гриппом может закончиться летальным исходом, особенно у маленьких детей и пожилых людей.**

**Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.**



# Грипп высоко контагиозен

**Грипп высоко заразное заболевание: ежегодно до 20% населения заражаются гриппом.**

**Грипп очень опасен. Заболевание гриппом может закончиться летальным исходом, особенно у маленьких детей и пожилых людей.**

**Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.**



# ВАКЦИНАЦИЯ

Вакцинация самая эффективная и надежная мера предупреждения гриппа. Ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав. Прививка делается ежегодно однократно.

Главная задача вакцинопрофилактики гриппа - предотвращение тяжелой формы этого заболевания и осложнений после него, а также летального исхода.



Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание. В процессе вакцинации в организм вводят или ослабленный вирус или его части. Он стимулирует организм к выработке антител. Поэтому, когда в организм попадает «дикий» вирус, то не нужно время для выработки антител – они уже есть после вакцинации. Антитела связываются с вирусом и таким образом предотвращают инфицирование клетки и размножение вируса. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала.

Современные вакцины переносятся легко, и после прививки нет никаких симптомов заболевания. Лишь у некоторых людей может появиться покраснение в месте введения вакцины или незначительно подняться температура. Это, пожалуй, самые неприятные последствия от введения вакцины.

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

# Важен коллективный иммунитет

С учетом рекомендаций Всемирной организации здравоохранения охват прививками против гриппа в группах риска должен быть не менее 75%; охват прививками против гриппа населения в целом по стране и по субъектам Российской Федерации в отдельности - не менее 60%. Чем больше людей привились против гриппа, тем больше невосприимчивых к вирусу гриппа лиц среди населения. Коллективный иммунитет снижает риск распространения вирусов гриппа. Чем выше коллективный иммунитет, соответственно, тем меньше вероятность заболеть у человека, встретившегося с вирусом. При условии, что 90% людей привиты - остальные 10% не заболеют.



## **Документы по профилактике гриппа и ОРВИ на сезон 2020-2021 гг.**

### **В соответствии с действующими документами по профилактике гриппа и ОРВИ:**

- Федеральным законом Российской Федерации от 30 марта 1999г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
- Федеральным законом Российской Федерации от 17 сентября 2008 г. № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.07.2020 №20 "О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции в эпидемическом сезоне 2020-2021гг."
- Санитарными правилами 3.1.2.3117-13 «Профилактика гриппа»
- Приказом Минздрава России от 21.03.2014года № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям»

**В соответствии с действующими документами по профилактике гриппа и ОРВИ за счет государственных средств подлежат иммунизации против гриппа группы риска, определенные национальным календарем профилактических прививок (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунального обслуживания, студенты высших и средних учебных заведений; взрослые старше 60 лет, а также беременные женщины, лица, подлежащие призыву на военную службу, лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно - сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением).**

**Руководителями других организаций и предприятий, работники которых не относятся к вышеперечисленным контингентам, должны самостоятельно приниматься меры по проведению специфической профилактики гриппа, т.е. прививок, и неспецифической профилактики ОРВИ в своем коллективе.**

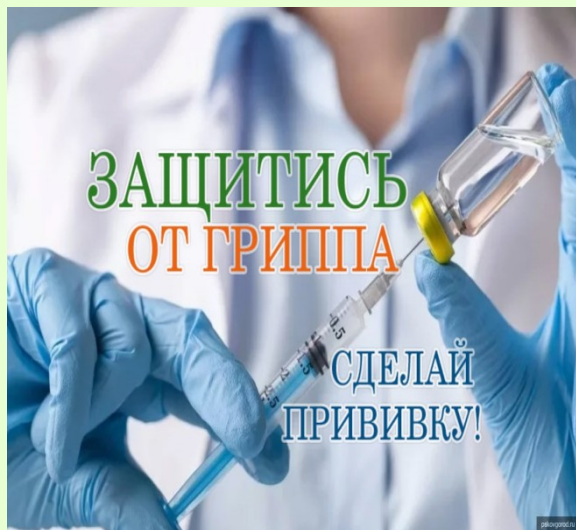
## **Экономический ущерб**

**Кроме предотвращения вреда здоровью, вакцинация против гриппа еще и экономически целесообразна, что уже многократно доказано и недолжно вызывать никаких сомнений.**

**Вакцинация против гриппа в среднем снижает в 4,5 раза время пребывания сотрудников на больничном листе и на 57% снижает выплаты по больничным листам и потери на производстве.**







**Прививку против гриппа следует делать до начала эпидемического сезона. В этом году, оптимальное время для проведения вакцинации против гриппа – конец августа - сентябрь.**

**Если по каким-либо причинам вакцинация не была проведена вовремя, то ее можно сделать и после начала эпидемии, причем использовать можно только вакцины с неживыми вирусами. Однако, если прививка была сделана тогда, когда человек уже был инфицирован вирусом гриппа, но клинические проявления еще не начались, то вакцинация может оказаться неэффективной.**

# Универсальные меры профилактики респираторных вирусных инфекций



- **Часто и тщательно мойте руки**
- **Избегайте контактов с кашляющими людьми**
- **Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность)**
- **Пейте больше жидкости**
- **Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь**
- **Реже бывайте в людных местах**
- **Используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах**
- **Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах**
- **Не трогайте лицо, глаза, нос невымытыми руками**

**При первых признаках вирусной инфекции – обратитесь к врачу!**

*Благодарим за внимание!*