

ПАМЯТКА

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ОРВИ И ГРИППА У ДЕТЕЙ



Грипп, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, а также через руки, которыми мы прикрываем нос и рот во время чихания и кашля.

С целью обеспечения сезонной профилактики ОРВИ и гриппа необходимо проводить следующие мероприятия:

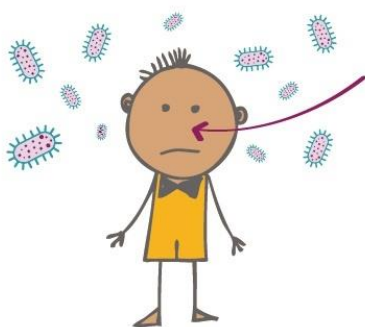
1. Сделать прививку против гриппа, так как вакцина является наиболее эффективным средством профилактики.
2. Обеспечить соблюдения правил личной гигиены, в том числе:
 - ✓ соблюдение режима дня (достаточный сон, прогулки на свежем воздухе, избегать физических и умственных перегрузок);
 - ✓ избегать переохлаждений, особенно детей младшего возраста;
- ✓ регулярно и тщательно мыть руки с мылом. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей;
- ✓ использовать индивидуальные или одноразовые полотенца;
- ✓ научить детей во время кашля и чихания прикрывать рот и нос одноразовыми платками;
- ✓ проведение регулярного проветривания и влажной уборки помещения с применением дезинфицирующих средств, в котором находится ребенок и квартиры в целом.
3. Проведение закалывающих мероприятий:
 - ✓ обливание ног водой комнатной температуры на ночь;
 - ✓ для детей младшего возраста - пребывание без одежды в условиях комнатной температуры при отсутствии сквозняков в течение нескольких минут перед кормлением.
4. Проведение неспецифической профилактики простудных заболеваний (с использованием противовирусных препаратов в соответствии с инструкцией по применению, при отсутствии противопоказаний).

При первых признаках заболевания:

- родители обязуются незамедлительно обратиться к помощи врача;
- заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные и образовательные учреждения);
- воздержаться от посещения мест скопления людей.



ПОЧЕМУ РЕБЕНКА НЕОБХОДИМО ВАКЦИНИРОВАТЬ ПРОТИВ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ



ПНЕВМОКОККОВАЯ БАКТЕРИЯ - живет в носоглотке, передается воздушно-капельным путем¹

Более **90** подвидов



ВЫЗЫВАЕТ ВОСПАЛЕНИЕ СРЕДНЕГО УША И ПРИДАТОЧНЫХ ПАЗУХ НОСА, ПНЕВМОНИИ,
реже – менингит, сепсис, нарушения работы сердца, инфицирование костного мозга и мягких тканей²

ИЗ НОСОГЛОТКИ МОЖЕТ РАСПРОСТРАНИТЬСЯ НА³:



ОСТОРОЖНО, ПНЕВМОНИЯ!

Пневмония – это острое инфекционно-воспалительное заболевание, при котором поражаются легкие

Возбудители пневмонии – это вирусы, бактерии, грибы и простейшие микроорганизмы. Обычно пневмония протекает тяжело, особенно у детей, пожилых людей и тех, кто уже болел другими инфекционными заболеваниями до появления пневмонии

Симптомы:



кашель



температура



озноб



головная боль



затруднение дыхания



потеря аппетита

СИМПТОМЫ МОГУТ РАЗВИВАТЬСЯ ПОСЛЕ ОРВИ, ГРИППА

При появлении первых симптомов обратитесь к врачу или вызовите врача на дом



Будьте здоровы!

ОСТОРОЖНО, ПНЕВМОКОКК!

Пневмококк в 80% случаев вызывает воспаление легких!

Кто в зоне риска?



дети младше 5 лет



дети и взрослые с хроническими заболеваниями



пожилые люди

Защититься от ПНЕВМОКОККА поможет ВАКЦИНАЦИЯ!

Своевременное лечение при простуде!

Укрепление иммунитета!

Здоровый образ жизни!

Закаливание!

Избегание переохлаждений!

ВАЖНО!



Комитет здравоохранения Администрации города Тюмени



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ГРИППЕ

КГБУЗ "Красноярская межрайонная больница № 3"



ГРИПП (от фр. gripper) — острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа.

Грипп входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ).

Грипп периодически распространяется в виде эпидемий и пандемий.

В настоящее время выявлено более 2000 вариантов вируса гриппа.

ФАКТЫ О ГРИППЕ

На грипп и ОРЗ приходится 95% всех инфекционных заболеваний. При этом, что поразительно, заболевание формирует стойкий типоспецифический иммунитет, эпидемии повторяются каждый год, поражая до 15% населения Земли.

Источником инфекции является человек. Заражение происходит воздушно-капельным путем. Больной человек при кашле создает зону поражения радиусом примерно 2 метра.

Признаки и симптомы гриппа

В большинстве случаев заболевание начинается с ломоты или боли в мышцах. Температура тела уже в первые сутки болезни достигает максимального уровня (38-40°C).



Клиническая картина проявляется синдромом общей интоксикации и признаками поражения верхних дыхательных путей. Одновременно с лихорадкой развивается общая слабость, разбитость, адинамия, повышенная потливость, боли в мышцах, сильная головная боль с обычно в области лба и надбровных дугах. Появляются болезненные ощущения в глазах, усиливающиеся при движении глаз или при надавливании на них, светобоязнь, слезотечение.

Поражение респираторного тракта характеризуется появлением першения в гортани, сухого кашля, саднящих болей за грудной (по ходу трахеи), заложенностью носа, осиплым голосом.

При осмотре отмечается гиперемия лица и шеи, покраснение глаз, влажный бесклеточный экссудат в носовых ходах, покраснение слизистой оболочки зева.

Со стороны органов дыхания выявляются признаки ринита, фарингита, ларингита.

Специфическая профилактика гриппа

В настоящее время уже не подлежит сомнению, что эффективная борьба с гриппом возможна только на пути массовой иммунопрофилактики.

Вакцинация или активная иммунизация является основным методом профилактики гриппа, при этом стойкий иммунитет формируется через 4 недели и сохраняется 6 мес.

Своевременное введение вакцины против гриппа обеспечивает защитный эффект у 80-90% детей и взрослых, но только в том случае, если антигенная формула вакцины полностью соответствует антигенной формуле эпидемического клонна вируса гриппа, вызывающего заболевание. С этой целью предлагается использовать как живые, так и инактивированные вакцины.



Однако, справедливо также отметить, что рекомендованные к применению живые гриппозные вакцины (вакцина гриппозная живая аллантоисная для интраназального применения и очищенная живая гриппозная вакцина) в педиатрической практике практически не используются.



Народные методы профилактики гриппа

Следует понимать, что если в основе рецепта профилактики гриппа народными средствами направлено на то, чтобы повысить общую сопротивляемость организма, его защитные свойства, укрепить иммунитет. Но никакого специфического иммунитета профилактика гриппа народными средствами не может — на это способна только вакцина.

Не лекарственные меры профилактики гриппа делаются на общеукрепляющие и доволнительные. К общеукреплению относятся, например, закаливание. С его помощью нормализуется функция дыхательных путей при охлаждении, что помогает снизить дозу вируса, когда он попадает в организм.

Среди доволнительных мер профилактики гриппа народными средствами, можно выделить туалет носа — следует проводить его 2-3 раза в день. Также полезно промывать горло растворами ромашки или фурацилина, промывать носом раствором лука с медом: взять 100 мл лука и 50 мл медовой воды, 1/2 ч.л. меда, настаивать 10 минут, смазывать его максимум 3 раза в день. Также можно использовать чеснок — во время сезонных эпидемий гриппа, в холодное время года



Среди доволнительных мер профилактики гриппа народными средствами, можно выделить туалет носа — следует проводить его 2-3 раза в день. Также полезно промывать горло растворами ромашки или фурацилина, промывать носом раствором лука с медом: взять 100 мл лука и 50 мл медовой воды, 1/2 ч.л. меда, настаивать 10 минут, смазывать его максимум 3 раза в день. Также можно использовать чеснок — во время сезонных эпидемий гриппа, в холодное время года

Обильное питье очень полезно для очистки организма от токсинов. В качестве профилактики гриппа можно пить напиток из имбиря, лимы с калиной, морсы из брусники, клюквы, чай с малиной, медом, имбирем.

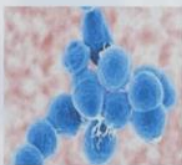
Профилактика гриппа народными средствами требует ежедневных мероприятий, а не разовых процедур.

И не забывайте, что самая лучшая профилактика любых болезней — это здоровый образ жизни.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

«Иммунопрофилактика — надежный способ защиты от инфекции»

Пневмококковая инфекция



Пневмококк — это микроб окруженный плотной капсулой. Наличие капсулы делает пневмококк неуязвимым для действия защитных сил организма ребенка.



Какие заболевания вызывает пневмококк.

1) Менингит (воспаление твердой оболочки мозга). Симптомы менингита включает в себя лихорадку (повышение температуры тела до 38.0 С и выше), спутанное сознание, светобоязнь (повышение чувствительности к свету), отказ от еды, срыгивание, рвота, громкий крик (ребенок буквально не дает дотрагиваться до себя, заходится криком от любого прикосновения), напряжение затылочных мышц (невозможно нагнуть голову вперед, голова самостоятельно запрокидывается назад).

2) Бактериемия (заражение крови). Симптомы могут совпадать с симптомами пневмонии и менингита (обязательно наличие лихорадки до 39.0 и выше). Также могут наблюдаться боли в суставах, озноб, боль в животе, тошнота, рвота, понос (диарея). Насморк, боль в горле, конъюнктивит могут отсутствовать.

3) Пневмония (воспаление легких). Пневмония сопровождается лихорадкой, кашлем, одышкой (частое дыхание), болью в груди и общей слабостью.



КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА ОТ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ

4) Острый средний отит (воспаление среднего уха). При отите ребенок беспокоен, отказывается от еды, не может сосать грудь или соску, резко отдергивает голову, крутит головой, плачет, держится за уши. Наблюдается повышение температуры тела (до 38.0 и выше). Плач при попытке надавливания на козелок, вытекание прозрачной кровянистой жидкости или гноя из уха.



Профилактика

Специфическая - вакцинация детей раннего возраста и взрослых.

Существует две вакцины для проведения иммунизации: **Превенар-13 (Синфлорикс)** и **Пневмо 23.**

Неспецифическая (изоляция больных, поддержание иммунитета, витаминотерапия, своевременное лечение ОРЗ, занятия спортом, Закаливание).

На 2016 год запланировано в целом по стране вакцинировать против пневмококковой инфекции 2,115,159 человек, что выше объемов планирования на вакцинацию в 2015 году на 29,6%.

Дата выпуска: 12.04.2016
ГБОУ «Профилактика»
Инфекционное бактериологическое отделение №3
Султанова О.В., Индюченко К.А.

ОСТОРОЖНО! ГРИПП!



Грипп - острая тяжелая вирусная инфекция, которая поражает людей независимо от пола или возраста, отличается выраженным токсикозом, катаральными явлениями в виде ринита, заложенности носа и кашля с поражением бронхов.



Вирус гриппа передается при чихании, кашле, разговоре, через предметы обихода (носовой платок, полотенце и др.)

Симптомы:

1. Высокая температура;
2. Интоксикация (обильное потоотделение, слабость, суставные и мышечные боли, головная боль).
3. Болезненный кашель, боли за грудиной, насморк, гиперемия, сухость слизистой оболочки полости носа и глотки).

ПРОФИЛАКТИКА:

Мировой и отечественный опыт борьбы с гриппом показывает, что именно вакцинопрофилактика является наиболее доступным средством индивидуальной и массовой защиты от этого тяжелого заболевания.

Вакцинация 70-80% членов любого коллектива сводит заболеваемость гриппом в этом коллективе к единичным случаям или исключает ее.

В период подъема заболеваемости гриппом, необходимо выполнять следующие правила:

- тщательно мойте руки с мылом или протирайте дезинфицирующими средствами, пользуйтесь одноразовыми полотенцами;
- реже прикасайтесь к глазам и носу;
- избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми;
- придерживайтесь здорового образа жизни: полноценный сон, здоровая пища, физическая активность;
- принимайте большое количество жидкости;
- откажитесь от посещения массовых мероприятий, театров, клубов и пр.;
- побольше гуляйте на свежем воздухе;
- используйте для защиты органов дыхания одноразовые маски.

