

## **ГРИПП**

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РАБОТНИКОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ**

Грипп вызывается вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем.

Большинство людей в мире, инфицированных этим вирусом, переболели в лёгкой, средне-тяжелой форме, однако были отмечены и тяжелые случаи заболевания с летальным исходом.

#### **Каковы симптомы заболевания?**

Симптомы гриппа: повышенная температура, кашель, боль в горле, ломота в теле, головная боль, озноб и усталость, изредка - рвота и понос.

#### **Особенности течения гриппа**

Болезнь, как правило, начинается внезапно с резкого повышения температуры, головной боли, мышечных и суставных болей.

**Группы повышенного риска гриппа:** лица от 65 лет и старше, лица с хроническими заболеваниями (астма, диабет, сердечные заболевания) и со сниженным иммунитетом, дети до 5 лет, беременные женщины, работники социальной сферы, вследствие многочисленных контактов с вышеперечисленными категориями населения.

#### **Вирус гриппа заразен!**

Известно, что больной гриппом может быть заразным, начиная с 1 дня до появления первых симптомов заболевания и до 7 дней после начала заболевания

#### **Чтобы воспрепятствовать распространению вируса гриппа, необходимо:**

- Сделать прививку против гриппа А (H1N1), так как вакцина является наиболее эффективным средством профилактики.
- Проводить влажную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств.
- Регулярно проветривать помещения.
- Строго выполнять правила личной гигиены: мыть руки с мылом перед едой и после загрязнения.
- Воздержитесь от посещения мест скопления людей.
- Работникам магазинов, столовых, детских дошкольных и общеобразовательных учреждений в период вспышки гриппа рекомендуется носить медицинские маски, которые необходимо менять каждые четыре часа.

**Соблюдайте правила борьбы с вирусом гриппа, требуйте выполнения их окружающими. Этим Вы будете содействовать быстрой ликвидации вспышки гриппа!**

### ***ПОМНИТЕ!***

***Самое эффективное средство против гриппа – это вакцинация!***

**Только вакцинация поможет избежать тяжелого течения заболевания и летального исхода.**

**Сделать прививку против можно в поликлиниках по месту жительства.**

**Муниципальное учреждение здравоохранения**

**«Центр медицинской профилактики»**