Вакцинация - лучшая защита от гриппа!

Ежегодно с наступлением холодов жители России сталкиваются с подъемом заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ), среди которых грипп, небезосновательно, занимает особое место. Это острое вирусное заболевание, которое может поражать верхние и нижние дыхательные пути, сопровождается выраженной интоксикацией и может приводить к серьезным осложнениям и летальным исходам. **Наиболее часто встречаются такие осложнения, как бактериальная пневмония, синусит** (воспаление слизистой оболочки пазух носа), **отит** (воспаление среднего уха), **менингит** (воспаление мозговых оболочек) **и сепсис** (заражение крови бактериальными возбудителями). **Особенно опасно данное заболевание для маленьких детей, беременных женщин, больных с тяжелыми хроническими заболеваниями и для пожилых людей.**

Подъем заболеваемости гриппом начинается в холодное время года. С одной стороны, этому способствует высокая устойчивость вируса гриппа к действию низких температур. С другой стороны, переохлаждение снижает защитные свойства организма человека.

Источником инфекции является больной человек. Пути распространения — воздушно-капельный и контактно-бытовой (через предметы обихода). Это объясняет столь быстрое распространение вируса в пределах помещения, в организованных коллективах.

При гриппе отмечается резкое ухудшение состояния — повышение температуры тела (в отдельных случаях до 40,5 градусов), головная боль, ломота в мышцах и суставах, чувствительность к свету. После перенесённого заболевания организм становится чрезвычайно восприимчив к различным инфекциям, что приводит к тяжелым инфекционным осложнениям.

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством профилактики гриппа является вакцинация. Главная её цель — это защита населения от массового и неконтролируемого распространения инфекции, от эпидемии гриппа. Вакцина обеспечивает защиту от тех вирусов гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав. **Иммунизация против гриппа снижает риск заражения гриппом и защищает от появления осложнений.** При введении в организм вакцины происходит выработка защитных антител, которые стимулируют иммунную систему для борьбы с инфекцией. Эффективность вакцины против гриппа несравнимо выше всех не специфических медицинских препаратов, например иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины» и т.д.

Вакцинироваться нужно уже сейчас! Прививку можно сделать БЕСПЛАТНО за счет средств обязательного медицинского страхования в поликлинике по месту жительства. **За счет средств федерального бюджета будут привиты:** дети в возрасте с 6 месяцев и до 11-го класса включительно; учащиеся ПТУ, техникумов и студенты вузов; работники медицинских и образовательных учреждений; сотрудники транспортной и коммунальной сферы; беременные женщины; лица старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; взрослые с хроническими заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, эндокринными заболеваниями.

Вовремя сделанная прививка и комплекс профилактических мер помогают существенно снизить риск возможного развития гриппа. К таким мерам профилактики относятся:

* личная гигиена — мытье рук, регулярные полоскания горла и промывания носа, особенно после посещения мест с массовым скоплением людей;
* ношение масок во время сезонных подъемов заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями и гриппом;
* влажная уборка и проветривание помещений, увлажнение воздуха;
* употребление полезных продуктов питания и достаточного количества питьевой воды;
* закаливание и укрепление иммунитета.

Позаботьтесь о своем здоровье и здоровье Ваших близких заранее, сделайте прививку!

Филиал ФБУЗ «ЦГиЭ в РО» в г. Ростове-на-Дону