

ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА 2020

ЗАЩИТИСЬ
ОТ ГРИППА

СДЕЛАЙ
ПРИВИВКУ!



К "короне" прибывает свита



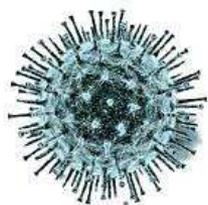
Анна Попова
глава Роспотребнадзора

Нынешней осенью в Россию и другие страны Северного полушария придут штаммы вируса гриппа типов А и В, три из них являются новыми. Об этом сообщила глава Роспотребнадзора Анна Попова на совещании у Президента РФ В.В.Путина, пояснив, что речь идет о разновидностях вируса, от которых население страны еще не прививалось и, соответственно, не имеет популяционного иммунитета.

Это грозит тем, что сезонная вспышка гриппа может оказаться серьезной.

Откуда берутся такие прогнозы?

Эксперты ВОЗ мониторят распространение вирусов гриппа по всему миру (в России этим занимаются в НИИ гриппа), информация, приходящая из разных стран, обобщается, и дважды в год ВОЗ выдает прогноз: какие именно штаммы с наибольшей вероятностью будут циркулировать будущей зимой.



ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ
ОПАСЕН ГРИПП?



ВОЗ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ: ГРИПП - ЭТО ОПАСНО!



Для стран, находящихся в Северном полушарии, такой прогноз выдается в конце февраля - марте. По рекомендации ВОЗ в вакцину от гриппа для грядущей прививочной кампании вошли эти три новых штамма - значит, если вовремя сделать прививку, можно себя обезопасить. Это важно еще и потому, что осенью может вновь подняться заболеваемость коронавирусом.

КТО В ГОСТИ К НАМ

Сообщение ВОЗ о штаммах - это не просто сведения, это руководство к действию. Названные ВОЗ штаммы включаются в состав противогриппозных вакцин. У стран есть время на наработку препаратов и проведение прививок.

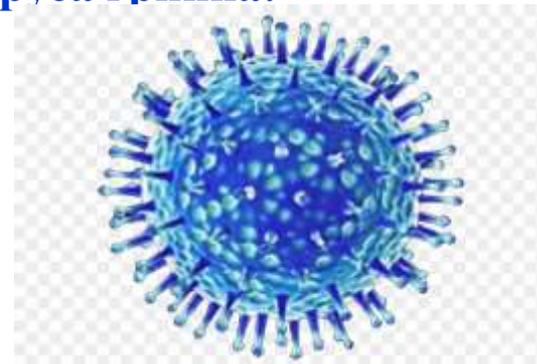
В сезоне 2020-2021 годов ВОЗ предложила использовать квадριвалентные вакцины, содержащие четыре штамма вируса гриппа:

A/Guangdong-Maonan/SWL1536/ 2019(H1N1)pdm09;

A/Hong Kong/2671/2019 (H3N2);

B/Washington/02/2019 (B/Victoria lineage);

B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage).



Из всего перечня только штамм B/Phuket входил в состав вакцины и в прошлом, и позапрошлом году. Остальные - новые.



Почему нужна прививка



*"Настоятельно рекомендую в этом году делать прививку от гриппа. Штаммы гриппа, которые мы ожидаем в этом году, совершенно новые, они будут отличаться от прошедшего сезона, - пояснил и.о. директора НИИ гриппа имени Смородинцева **Дмитрий Лиознов**. - И это говорит о том, что большинство населения будет неиммунно, не защищено от тех вирусов, которые мы ожидаем в нашей стране".*

*Как пояснял "РГ" советник главы ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора академик РАН **Виктор Малеев**, пока не изучено, может ли человек заразиться сразу и гриппом, и коронавирусом и, если это произойдет, как это отразится на тяжести течения заболевания. Вот почему, пока вакцина от "короны" только на подходе, важно защититься хотя бы от гриппа - этим снижается риск тяжелого заболевания.*



ЧТО ТАКОЕ ГРИПП

Это тяжелая вирусная инфекция, вызываемая вирусами нескольких типов (А, В, С) и многочисленных подтипов. Частота и тяжесть осложнений зависит от типа вируса, а также возраста и состояния здоровья инфицированного.

Тип «А»



Болеют люди и животные (свиньи, птицы). Вызывает от средних до особо тяжелых эпидемий каждые 2-3 года

Тип «В»



Болеют люди. Вызывает эпидемии средней тяжести каждые 4-6 лет

Тип «С»



Болеют люди. Встречается редко. Эпидемий не вызывает

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА



ЧАЩЕ
МЫТЬ
РУКИ



ЗАРАНЕЕ
ПРОЙТИ КУРС
ВИТАМИНА С



МЕНЬШЕ
КОНТАКТОВ
С ДРУГИМИ
ЛЮДЬМИ

В СЕЗОНЕ 2020-2021 ГОДА ВОЗ РЕКОМЕНДУЕТ
КВАДРИВАЛЕНТНЫЕ ВАКЦИНЫ СО ШТАММАМИ ГРИППА А И В

A/Guangdong-Maonan/SWL1536/2019 (H1N1)pdm09

A/Hong Kong/2671/2019 (H3N2)

B/Washington/02/2019 (B/Victoria lineage)

B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage)



ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

От момента заражения до первых симптомов проходит обычно 2-3 дня, иногда всего несколько часов



Кому необходимо прививаться против гриппа?

Гриппом может заболеть каждый, однако некоторые группы людей находятся в зоне повышенного риска. ВОЗ рекомендует вакцинацию пожилых людей, маленьких детей, беременных женщин и людей с некоторыми хроническими заболеваниями (бронхолегочными, диабетом), у которых грипп приводит к тяжелым осложнениям. Также вакцинироваться должны медработники - как для своей защиты, так и для снижения риска заражения уязвимых к вирусу пациентов.



Насколько опасен грипп?

Грипп может привести к развитию тяжелого состояния и смерти при диабете, болезнях сердца, хронической обструктивной болезни легких. Каждый год в мире от гриппа умирают около **60 000** человек в возрасте старше 65 лет.



Почему иногда заболевают и те, кто сделал прививку?

Эффективность вакцины в разные годы может быть разной - это зависит от видов циркулирующего вируса и их соответствия компонентам вакцины. Кроме того, степень защиты, полученной при прививке, зависит от состояния здоровья и возраста, а также от времени, прошедшего с момента вакцинации. В среднем вакцина предотвращает порядка **60%** случаев инфицирования у здоровых взрослых людей в возрасте 18-64 лет. Вакцина против гриппа становится эффективной примерно **через 14 дней** после вакцинации.



Эффективность инактивированных гриппозных вакцин

- ▶ При вакцинации здоровых детей и взрослых – **70-90%**
- ▶ При вакцинации лиц с хроническими заболеваниями – **60-80%** и на **30%** у вакцинированных снижается количество осложнений
- ▶ У лиц 60 лет и старше – **60%**, но на **80-90%** у вакцинированных снижается смертность

Может ли вакцина вызвать грипп?

Инъекция вакцины не может вызвать грипп, поскольку в ней не содержится живого вируса.

Вакцины против гриппа используются уже более 50 лет, их получают миллионы людей. Каждый год национальные органы по регулированию лекарственных средств проводят тщательное изучение новой вакцины, прежде чем выдать на нее лицензию. Также в странах действуют системы мониторинга и исследования всех случаев возникновения негативных явлений после иммунизации.





РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

СИМПТОМЫ ГРИППА: жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо
- Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничные морсы, щелочные минеральные воды)

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

**Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2-3 недели до начала роста заболеваемости.*

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

Когда и где проводится вакцинация в Краснодаре

Кампания вакцинации ежегодно стартует в сентябре.

Сделать прививку можно и позже. Однако нужно учитывать, что привитый штамм не оказывает немедленно действия на иммунитет. Поэтому обращаться за прививкой в разгар эпидемии гриппа практически бессмысленно, так как организм только испытает дополнительные нагрузки от искусственно привитого штамма.

Вакцинацию можно пройти бесплатно в рамках государственных программ либо добровольно на платной основе.

Бесплатные прививки делают:

- в поликлиниках и больницах;
- в школах, вузах, иных учебных заведениях;
- в передвижных медицинских пунктах на территории населенного пункта;
- по месту работы, если работодатель обратился с такой просьбой.

В любой поликлинике можно сделать прививку после обращения к терапевту или дежурному врачу. В государственных и муниципальных поликлиниках бесплатная вакцинация продлится **до декабря 2020 года**. Детей прививают только в письменного согласия законного представителя (родителя, опекуна, попечителя). Для этого в школах и иных учебных заведениях заранее собирают опросные бланки с согласием родителей.

Места размещения мобильных пунктов вакцинации нужно уточнять у местной администрации, на сайтах органов власти и здравоохранения региона.

В отдельных учреждениях МФЦ также будет организована вакцинация по бесплатной государственной программе.

Вакцину можно самостоятельно приобрести в аптеке. Прививку с такой вакциной обязаны сделать бесплатно в любой поликлинике.



Группы лиц, подлежащие обязательной вакцинации против гриппа

Национальным календарем профилактических прививок определены группы лиц, подлежащие обязательной вакцинации против гриппа:

- **дети с 6 месяцев;**
- **учащиеся 1 – 11 классов;**
- **обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и учреждениях высшего образования;**
- **взрослые граждане, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы);**
- **беременные женщины;**
- **лица старше 60 лет;**
- **лица, подлежащие призыву на военную службу;**
- **лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.**

КОМУ ПОКАЗАНА ПРИВИВКА

-  дети в возрасте от 6 месяцев до 3 лет,
-  дети и взрослые с хроническими заболеваниями,
-  лица с иммуносупрессией,
-  люди старше 65 лет,
-  беременные,
-  медицинские работники,
-  дети и взрослые, находящиеся в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания,
-  работники обслуживания, учреждений образования, торговли и транспортных организаций.

В 2020 году в Краснодарском крае планируется охватить профилактическими прививками не менее **60%** населения, а в группах риска - **75%**. Особое внимание будет уделено детям, беременным женщинам, людям, имеющим хронические заболевания, лицам старше 60 лет и медицинским работникам, работникам сферы образования, транспорта и ЖКХ.

Для указанных категорий граждан осуществляется не только единичная вакцинация при обращении в медучреждение, но и массовое прививание по месту учебы или работы.

Для вакцинации не нужна прописка или регистрация. Необходимо иметь с собой паспорт гражданина РФ. Также нужно подписать медицинское согласие после осмотра врача (выдается на месте проведения вакцинации).

Показания и противопоказания к вакцинации

Все специалисты в медицинской сфере рекомендуют россиянам пройти вакцинацию, так как профилактические прививки позволяют укрепить иммунитет человека. Кроме этого, многие специалисты не раз говорили, что проведения ежегодной вакцинации, возможно, сказалось на статистике по коронавирусу. Из-за того, что жители нашей страны каждую осень делаем профилактические прививки, их иммунитет более стойкий к вирусам.

Противопоказания к профилактической прививке такие же, как и ко всем медицинским препаратам:

- 1. наличие негативной реакции на компоненты или аналогичную вакцину (судороги, сильное повышение температуры (39°C и более), аллергия);**
- 2. аллергическая реакция на мясо или куриный белок;**
- 3. наличие заболеваний (ОРВИ, ОРЗ, болезни сердца и других органов);**
- 4. детский возраст до 6 месяцев.**

Нормальной реакцией на прививку являются:

- 1. небольшое повышение температуры (до 38°C);**
- 2. припухлость и зуд в месте укола;**
- 3. слабость;**
- 4. головная боль или боль в мышцах.**

Если у человека повысилась температура выше 38°C , пошла аллергическая реакция (отек Квинке, высыпание по всему телу, рвота), то следует вызвать врача или скорую помощь на дом.

К временным противопоказаниям относятся следующие случаи.

Простуда, острые лихорадочные состояния, ОРВИ. Вакцинацию проводят обычно через 2-4 недели после выздоровления. При нетяжелых формах острых респираторно-вирусных и кишечных инфекций вакцинацию проводят после нормализации температуры и/или исчезновения острых симптомов заболевания.

Хронические заболевания в стадии обострения. Прививки делают в период ремиссии после консультации с лечащим врачом. Если взрослые после прививки испытывают одышку или затрудненное дыхание, либо высокая температура не снижается дольше 3 дней, незамедлительно нужно обратиться к врачу.

Специальных противопоказаний для детей нет. Однако ребенок может сложнее переносить воздействие вакцины на организм. Если у ребенка учащенное дыхание или одышка, не уменьшающаяся температура в течение суток или конвульсии (судороги), немедленно вызывайте "Скорую".

Куда делают прививку от гриппа

Общепринятым методом введения вакцины от гриппа является укол в мышцу.

Есть и еще один вариант с каплями (**назальная форма**), однако он применяется только при заболеваниях мышц или по иным исключительным причинам. Назальные капли всегда вызывают больше побочных эффектов, в том числе аллергических реакций. Поэтому использовать такой метод можно только по назначению врача.



Можно ли мочить прививку от гриппа и мыться

Врачи дают следующие рекомендации по мерам предосторожности после вакцинации:

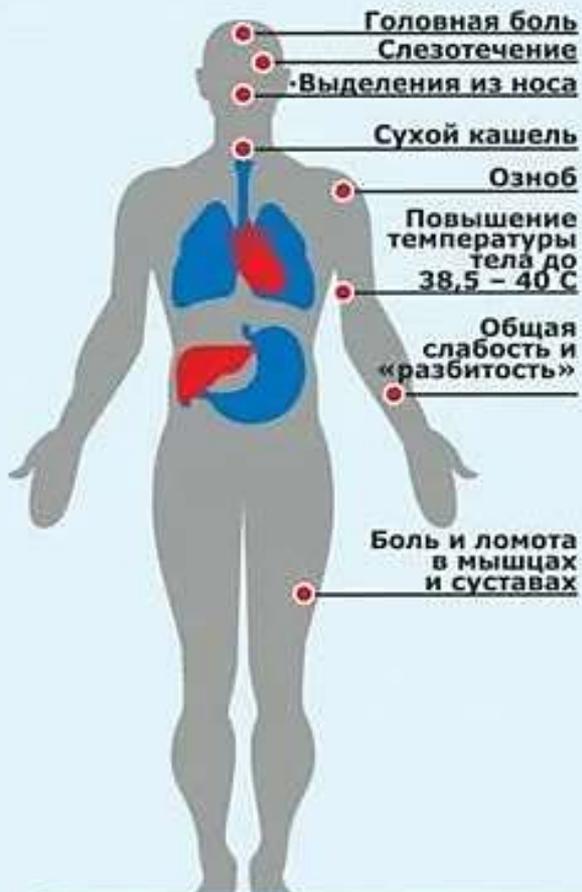
- **непосредственное место укола желательно не мочить в течение суток (на действие вакцины это не повлияет, однако может вызвать раздражение кожи);**
- **в течение суток нельзя купаться в холодной или горячей воде, так как общее изменение температурного режима может повлиять на действие вакцины;**
- **нельзя расчесывать место укола, так как есть риск занести инфекцию в кожу.**

Дополнительной рекомендацией является временное избегание посещения мест массового скопления людей.



Профилактика гриппа

Симптомы:



Профилактика:



При проявлении симптомов гриппа **НЕОБХОДИМО** оставаться дома и вызвать врача на дом. **НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**



Основные выводы:

**Противогриппозная
вакцина
безопасна**

**Вакцинация снижает
риск заболевания,
госпитализации
и смертельных исходов
среди пожилых людей
и групп риска.**



**Настоятельно рекомендуется
вакцинация пожилым людям
и группам риска.**

**Вакцинация против гриппа
снижает риск заболевания
и развития осложнений
среди здоровых молодых людей,
детей и в организованных коллективах.**

Группы риска



пожилые
люди



дети



взрослые
с хроническими
заболеваниями



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!