

Как уберечься от гриппа

1. Чем он опасен
 2. Когда надо делать прививку
 3. Кому ее можно делать
 4. Кому нельзя делать прививку от гриппа
 5. Где можно привиться
 6. Кто должен принимать решение о прививке
 7. Куда обращаться
 8. Что делать кроме прививок
-

Чем он опасен

1

Грипп способствует обострению хронических заболеваний и может вызвать различные осложнения: со стороны легких — пневмонию и бронхит, со стороны верхних дыхательных путей — отит, синусит, ринит, трахеит, со стороны сердечно-сосудистой системы — миокардит и перикардит, со стороны нервной системы — менингит,

менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты.

Когда надо делать прививку

2

Пик заболеваемости гриппом обычно приходится на середину зимы, а начинать профилактику надо заранее. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует проводить вакцинацию против гриппа с октября до декабря. Защитные антитела вырабатываются за две-три недели после прививки, в дальнейшем иммунитет будет сохраняться в течение 7–9 месяцев, затем потребуются новая вакцинация.

Кому ее можно делать

3

Прививку от гриппа рекомендуется делать всем людям старше 6 месяцев, у которых нет противопоказаний, а особенно группе риска: тем, у кого ослаблен иммунитет и есть хронические заболевания, людям старше 50 лет, а также всем, кто по роду деятельности постоянно вступает в контакт с людьми — работникам медицинских и образовательных учреждений, транспорта, коммунальной сферы, торговых предприятий. Беременным рекомендуют делать прививку в третьем триместре.

Кому нельзя делать прививку от гриппа

4

- Детям младше 6 месяцев. В этом случае сделать прививку могут те взрослые, которые контактируют с ребенком;
- Людям с аллергией на яичный белок — он содержится в составе вакцины;
- Тем, у кого уже возникала тяжелая реакция на введение аналогичной вакцины ранее;
- Тем, кто уже болеет каким-либо заболеванием в острой стадии. В этом случае прививку можно делать через две-три недели после выздоровления.

Где можно привиться

5

Для того чтобы сделать бесплатную прививку от гриппа, москвичам нужно обратиться к участковому терапевту, взяв с собой паспорт и полис ОМС. Если нужно сделать прививки от гриппа сотрудникам предприятия, то его руководители могут заключить договор с государственным медицинским учреждением на проведение вакцинации, в этом случае она проводится бесплатно.

Медицинские работники проводят вакцинацию в школах и детских садах, прививки делаются только с согласия родителей.

Также прививку можно сделать в негосударственных медицинских центрах — за плату, за счет средств предприятий или по программе добровольного медицинского страхования.

Кто должен принимать решение о прививке

6

Есть много теорий о том, полезна ли вакцинация или же, наоборот, вредна. Даже результаты исследований не дают однозначного ответа на этот вопрос.

Пациент сам должен принимать окончательное решение о том, делать прививку или нет. Родители принимают решение о вакцинации детей. Рекомендации врачей надо принимать во внимание, но они не могут брать на себя ответственность за это решение.

Куда обращаться

7

За консультациями по поводу прививок надо обращаться к специалистам: терапевтам, инфекционистам, иммунологам.

В детских поликлиниках в каждом административном округе Москвы в работают прививочные кабинеты «Городского консультативно-диагностического центра по специфической иммунопрофилактике департамента здравоохранения города Москвы». Здесь помогут разработать прививочный план и проконсультировать родителей по вопросам вакцинации. Дать направление на консультацию может участковый педиатр.

При возникновении спорных ситуаций, связанных с вакцинацией, родители могут обращаться на горячую линию центра по телефону: (499) 194-27-74.

Что делать кроме прививок

8

Вакцинация не отменяет других мер предосторожности. Не забывайте мыть руки, так как вирус передается и контактным путем. Больше гуляйте и проветривайте помещения, при возможности используйте увлажнители воздуха. В период эпидемий гриппа надо стараться избегать людных мест.