Служба здоровья

Центр Общественного Здоровья и Медицинской профилактики Пермский край

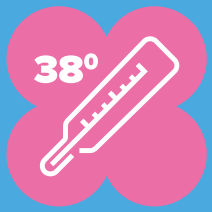
МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ПЕРМСКОГО КРАЯ

ОПАСНО!
ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ



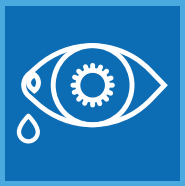
РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА, ОЗНОБ



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ



БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ



СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ



СЛАБОСТЬ



ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА, РВОТА, ПОНОС)



БОЛЬ/ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ

Официальный портал Минздрава России о ВАШЕМ здоровье!
TAKZDOROVO.RU

Официальная группа ВКонтакте Центра общественного здоровья и медицинской профилактики Пермского края
VK.COM/COZMP59

ПРОФИЛАКТИКА



СВОЕВРЕМЕННО СТАВИТЬ ПРИВИВКУ*

Рекомендовано прививаться всем , начиная с 6 месяцев. Обязательно подлежат вакцинации:

1. медицинские работники;
2. работники образовательных организаций;
3. работники транспорта, коммунальной сферы;
4. беременные женщины;
5. лица старше 60 лет;
6. лица страдающие заболеваниями легких, сердечно- сосудистыми заболеваниями, часто болеющие ОРВИ;
7. студенты, школьники, дети, посещающие ДОУ.

РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБАТЫВАТЬ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ

ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ

ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ

ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ

*Вакцинация от гриппа проводится начиная с 6 - месячного возраста в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:

ВЫЗВАТЬ ВРАЧА, НЕ ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ

ОСТАВАТЬСЯ ДОМА И СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

ПИТЬ МНОГО ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ

ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ

ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ

ВНИМАНИЕ! Интервал между прививками против гриппа и прививками против иных инфекций должен составлять не менее 30 дней.