Как сохранить здоровье

 себе и своим близким

 

Грипп – это не просто простуда. Если у вас высокая температура (39-40 градусов), головная боль, сильный кашель, выраженная слабость или ломота и боль в теле то это может быть грипп. В отличие от простуды грипп у многих людей вызывает тяжелые осложнения, которые могут угрожать жизни.

Тяжесть гриппа не дооценивается, поскольку его часто считают обычной простудой. Вирус гриппа может вызвать тяжелое заболевание и даже стать причиной смерти.

Вакцинопрофилактика является самым эффективным средством индивидуальной и массовой профилактики гриппа. Эффективность противогриппозных вакцин клинически доказана. Вакцинация против гриппа входит в Национальный календарь профилактических прививок России.

Вакцина не вызывает заболевания гриппом. Инактивированная противогриппзоная вакцина содержить убитые вирусы, которые всего лишь приводят организм в состояние способности противостоять угрозе заражения. Противогрипоозные вакцины безопасны и хорошо переносятся. Самая распространненая реакция на прививку – это небольшая болезненность в месте инъекции вакцины.

Для создания полноценной защиты от гриппа организму необходимо 14-20 дней после прививки. Иммунитет сохраняется от 6 до 12 месяцев.

Подъем заболеваемости гриппом в нашей стране приходится на январь-март каждого года. Проводить вакцинацию можно в любое время в течение гриппозного сезона.

Заражение происходит воздушно-капельным путем от человека с насморком или кашлем при тесном контакте с человеком больным гриппом, или при прикосновении к зараженным предметам с последующим попаданием вируса в дыхательную систему.

Вирусы гриппа постоянно меняются. Обычно в каждый новый сезон гриппа появляются новые виды вируса. Каждый год перед наступлением гриппозного сезона Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) выявляет различные варианты вирусов гриппа и включает их в состав новой вакцины для обеспечения наилучшей защиты от болезни.