



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Москве в Восточном административном округе города Москвы
2-я Владимирская, д. 46, корп. 2, Москва, Россия, 111141

**О мероприятиях по профилактике гриппа и
острых респираторных вирусных
инфекций, в том числе новой
коронавирусной инфекции в
эпидемическом сезоне 2020-2021гг.**

Москва 2020

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ГРИППА



Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) это самые массовые инфекционные заболевания - в общей структуре заболеваний они составляют более 95%.

Заражение гриппом и коронавирусной инфекцией происходит от больного человека воздушно-капельным путем при непосредственном вдыхании вируса с аэрозолем, который образуется при кашле, чихании, разговоре, а также контактно-бытовым путем через зараженные вирусом объекты, которыми пользовался или которых касался больной человек (полотенце, белье, носовой платок, маску, книги, дверные ручки, различные гаджеты и любые другие поверхности).

На различных поверхностях коронавирусы и вирусы гриппа сохраняются 48 часов и дольше. Губительно действуют на вирусы солнечный свет, дезинфицирующие средства, на коронавирусы – высушивание, а на вирусы гриппа наоборот - влажная среда.



СИМПТОМЫ

В зависимости от конкретного вида возбудителя симптомы могут значительно различаться, как по степени выраженности, так и по вариантам сочетания.

- Повышение температуры
- Озноб, общее недомогание, слабость головная боль, боли в мышцах
- Снижение аппетита, возможны тошнота и рвота
- Конъюнктивит (возможно)
- Понос (возможно)

В среднем, болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

Обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений:

- Лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.
- Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит).
- Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).
- Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Вызывая осложнения, грипп на несколько лет сокращает продолжительность жизни заболевшего.

Грипп очень опасен. Заболевание гриппом может закончиться летальным исходом, особенно у маленьких детей и пожилых людей.

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.



Грипп высоко контагиозен

Грипп высоко заразное заболевание: ежегодно до 20% населения заражаются гриппом.

Грипп очень опасен. Заболевание гриппом может закончиться летальным исходом, особенно у маленьких детей и пожилых людей.

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.



ВАКЦИНАЦИЯ

Вакцинация самая эффективная и надежная мера предупреждения гриппа. Ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав. Прививка делается ежегодно однократно.

Главная задача вакцинопрофилактики гриппа - предотвращение тяжелой формы этого заболевания и осложнений после него, а также летального исхода.



Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание. В процессе вакцинации в организм вводят или ослабленный вирус или его части. Он стимулирует организм к выработке антител. Поэтому, когда в организм попадает «дикий» вирус, то не нужно время для выработки антител – они уже есть после вакцинации. Антитела связываются с вирусом и таким образом предотвращают инфицирование клетки и размножение вируса. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала.

Современные вакцины переносятся легко, и после прививки нет никаких симптомов заболевания. Лишь у некоторых людей может появиться покраснение в месте введения вакцины или незначительно подняться температура. Это, пожалуй, самые неприятные последствия от введения вакцины.

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

Важен коллективный иммунитет

С учетом рекомендаций Всемирной организации здравоохранения охват прививками против гриппа в группах риска должен быть не менее 75%; охват прививками против гриппа населения в целом по стране и по субъектам Российской Федерации в отдельности - не менее 60%. Чем больше людей привились против гриппа, тем больше невосприимчивых к вирусу гриппа лиц среди населения. Коллективный иммунитет снижает риск распространения вирусов гриппа. Чем выше коллективный иммунитет, соответственно, тем меньше вероятность заболеть у человека, встретившегося с вирусом. При условии, что 90% людей привиты - остальные 10% не заболеют.



Документы по профилактике гриппа и ОРВИ на сезон 2020-2021 гг.

В соответствии с действующими документами по профилактике гриппа и ОРВИ:

- Федеральным законом Российской Федерации от 30 марта 1999г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
- Федеральным законом Российской Федерации от 17 сентября 2008 г. № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.07.2020 №20 "О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции в эпидемическом сезоне 2020-2021гг."
- Санитарными правилами 3.1.2.3117-13 «Профилактика гриппа»
- Приказом Минздрава России от 21.03.2014года № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям»

В соответствии с действующими документами по профилактике гриппа и ОРВИ за счет государственных средств подлежат иммунизации против гриппа группы риска, определенные национальным календарем профилактических прививок (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунального обслуживания, студенты высших и средних учебных заведений; взрослые старше 60 лет, а также беременные женщины, лица, подлежащие призыву на военную службу, лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно - сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением).

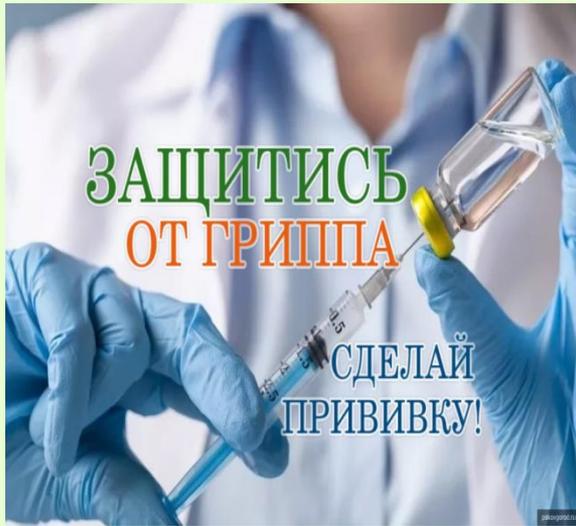
Руководителями других организаций и предприятий, работники которых не относятся к вышеперечисленным контингентам, должны самостоятельно приниматься меры по проведению специфической профилактики гриппа, т.е. прививок, и неспецифической профилактики ОРВИ в своем коллективе.

Экономический ущерб

Кроме предотвращения вреда здоровью, вакцинация против гриппа еще и экономически целесообразна, что уже многократно доказано и недолжно вызывать никаких сомнений.

Вакцинация против гриппа в среднем снижает в 4,5 раза время пребывания сотрудников на больничном листе и на 57% снижает выплаты по больничным листам и потери на производстве.





Прививку против гриппа следует делать до начала эпидемического сезона. В этом году, оптимальное время для проведения вакцинации против гриппа – конец августа - сентябрь.

Если по каким-либо причинам вакцинация не была проведена вовремя, то ее можно сделать и после начала эпидемии, причем использовать можно только вакцины с неживыми вирусами. Однако, если прививка была сделана тогда, когда человек уже был инфицирован вирусом гриппа, но клинические проявления еще не начались, то вакцинация может оказаться неэффективной.

Универсальные меры профилактики респираторных вирусных инфекций



- Часто и тщательно мойте руки
- Избегайте контактов с кашляющими людьми
- Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность)
- Пейте больше жидкости
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь
- Реже бывайте в людных местах
- Используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах
- Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах
- Не трогайте лицо, глаза, нос невымытыми руками

При первых признаках вирусной инфекции – обратитесь к врачу!

Благодарим за внимание!