

## **Лучший способ защиты от гриппа — вакцинация!**

Вместе с ненастьем и холодами на нас обрушивается еще одна напасть - грипп.

Грипп - самая тяжелая из простудных инфекций, поскольку даже самые закаленные люди не в силах противостоять мутирующему вирусу. Грипп особенно опасен для детей и людей с ослабленным здоровьем, приводя к тяжелым, иногда смертельным осложнениям. Помимо вреда здоровью, грипп может нарушить личные планы, сорвать отдых и остановить бизнес.

### **Вы должны знать, что:**

\* Тяжесть гриппа недооценивается, поскольку его часто считают обычной простудой.

\* Вирус гриппа может вызвать тяжелое заболевание и даже стать причиной смерти.

\* Грипп — это тяжелое инфекционное заболевание, которое вызывается вирусом. Каждый год гриппом во всем мире заболевают 5-10% взрослых и 20-30% детей.

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

\* 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.

Особую угрозу представляют глобальные эпидемии — пандемии гриппа, вызываемые штаммами, образующимися при смешивании в организме человека генотипов обычного, птичьего и животного вирусов.

Многочисленные общеукрепляющие средства повышают лишь общую сопротивляемость организма, но не эффективны непосредственно против вируса гриппа, при этом они требуют регулярного и длительного приема, а их эффективность либо не доказана, либо слишком мала. «Прочность» иммунитета определяется лишь наличием значительного уровня специфических антител, направленных против строго определенных и актуальных разновидностей вируса. Сформировать их может только прививка.

### **Почему необходима вакцинация?**

Против гриппа не существует специфического лечения.

\* 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 противогриппозная вакцина содержит убитые вирусы, которые всего лишь приводят организм в состояние способности противостоять угрозе заражения. Противогриппозные вакцины безопасны и хорошо переносятся.

### **Когда нужно сделать прививку?**

Так как подъем заболеваемости гриппом в нашей стране приходится на январь — март каждого года, оптимальное время вакцинации против гриппа: сентябрь — ноябрь. Но проводить вакцинацию можно в любое время в течение гриппозного сезона.

Для создания полноценной защиты от гриппа организму необходимо 14-20 дней после прививки.

Иммунитет сохраняется от 6 до 12 месяцев.

Какие есть противогриппозные вакцины и как они создаются?

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

### **Кому показана прививка в первую очередь?**

1. Людям преклонного возраста.
2. Людям, страдающим хроническими соматическими заболеваниями.
3. Часто болеющим ОРЗ.
4. Детям дошкольного возраста.
5. Школьникам.
6. Медицинским работникам.
7. Педагогам.
8. Работникам сферы обслуживания.

### **Какие могут быть реакции на прививку?**

Вакцинация может вызвать местные реакции в месте инъекции, небольшое повышение температуры тела у небольшого количества людей.

### **Противопоказания к постановке гриппозной вакцины.**

Аллергия на куриный белок, на любые противогриппозные вакцины, иммунодефицитные состояния, злокачественные новообразования, беременность, а также острые заболевания и обострения хронических.

### **Насколько эффективна прививка против гриппа?**

Вакцинация предотвращает заболевание гриппом у 70-90% здоровых людей.

### **Защитит ли прошлогодняя прививка против гриппа?**

Прошлогодняя вакцина не защитит Вас от гриппа в этом году, так как иммунитет у человека после вакцинации гриппа в течение года снижается. Это одна из причин, по которой необходимо делать прививку каждый год.