

## Памятка для населения «Меры по профилактике ОРВИ и гриппа»



Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно заболевающих людей. Серовариантов других респираторных вирусов очень много, например, у риновирусов их насчитывают более 100, у аденовирусов около 60. Вирус гриппа постоянно меняет свою структуру, и новый, измененный, вариант способен поражать человека вновь. Таким образом переболевший гриппом имеет хороший иммунитет против конкретного штамма, но этот иммунный барьер не может оградить человека от измененного варианта. Новый штамм легко проникает в организм человека через этот барьер, что приводит вновь к развитию инфекции.

### Для кого опасен грипп

Особенно тяжело переносят грипп дети и пожилые люди, для этих возрастных групп очень опасны осложнения, которые могут развиваться во время заболевания. Дети болеют гриппом тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, так же, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

## Кто в группе риска

- ⑩ дети младше 2-х лет;
- ⑩ люди старше 60 лет;
- ⑩ больные хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких и др.);
- ⑩ больные хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность);
- ⑩ больные хроническими заболеваниями печени (цирроз);
- ⑩ больные с хроническими заболеваниями почек;
- ⑩ больные с иммунодефицитными состояниями;
- ⑩ больные с заболеваниями эндокринной системы и нарушениями обмена веществ;
- ⑩ беременные женщины;
- ⑩ медицинский персонал;
- ⑩ работники общественного транспорта, предприятий общественного питания и др.

## Как происходит заражение гриппом

Грипп очень заразное заболевание. Эта инфекция передается от больного человека здоровому с невидимыми капельками слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля и даже во время разговора. Кроме того, вирус гриппа передается через грязные руки, если на них есть засохшие капельки инфицированной биологической жидкости больного человека.

## Симптомы гриппа

- ⑩ высокая температура (38-40°C);
- ⑩ заложенность носа, редкий сухой кашель, першение в ротоглотке, несильная боль в горле;
- ⑩ озноб, общее недомогание, головная боль, боли в мышцах (ногах, пояснице), слабость, боли при движении глазных яблок;

- ⑩ отсутствие аппетита, иногда тошнота и рвота, у детей иногда отмечается также диарея.

Признаки интоксикации продолжаются около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.



### Осложнения гриппа

- ⑩ пневмония (вероятность летального исхода 40%);
- ⑩ энцефалиты, менингиты;
- ⑩ грипп у беременной женщины может вызвать осложнения беременности, патологии плода;
- ⑩ обострение хронических заболеваний.

### Что делать, если заболели гриппом

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения для окружающих. Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Больной гриппом должен соблюдать постельный режим, включить в рацион фрукты и овощи богатые витаминами, рекомендуется обильное питье.

## Антибиотики и грипп

Принимать антибиотики в первые дни заболевания гриппом — большая ошибка. Антибактериальные препараты не способны справиться с вирусом, а кроме того, они убивают нормальную микрофлору и ослабляют иммунитет. Антибиотики назначаются врачом только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции.

## Профилактика гриппа

Самым эффективным способом профилактики является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ.

Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска.

## Кроме того, для профилактики гриппа

- ⑩ часто и тщательно мойте руки с мылом, особенно после кашля или чихания. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны;
- ⑩ избегайте контактов с людьми с гриппоподобными симптомами (по возможности держаться от них на расстоянии примерно 1 метра);
- ⑩ регулярно проветривайте помещения, проводите влажную уборку;
- ⑩ реже посещайте места скопления людей;
- ⑩ рекомендуется использовать маску в местах скопления людей. Заменять использованную маску на новую чистую маску, как только используемая маска станет влажной. Не следует использовать повторно маски, предназначенные для одноразового использования;
- ⑩ избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- ⑩ не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками;
- ⑩ придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность;
- ⑩ в случае появления заболевших в семье обратитесь к врачу.



## Почему нужна вакцинация от гриппа

- ⑩ грипп очень заразен;
- ⑩ быстро распространяется;
- ⑩ вызывает серьезные осложнения;
- ⑩ протекает намного тяжелее других ОРВИ.

Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста. Для надежной защиты от гриппа вакцинацию необходимо проводить ежегодно.

## Как защитить от гриппа детей

Чтобы защитить от гриппа детей в возрасте до 6 месяцев, необходимо провести вакцинацию всех контактирующих с ребенком лиц до начала эпидемии гриппа. Взрослые должны соблюдать основные меры профилактики. В период эпидемии запрещено посещать с младенцем места массового скопления людей, а также не рекомендуется собирать дома гостей.

Детей старше 6 месяцев можно прививать от гриппа и, кроме этого, чаще гулять с ребенком на свежем воздухе, воздержаться от посещения мест массового скопления людей.

Будьте здоровы!

## ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



**ПРИВИВАЙТЕСЬ**



**МОЙТЕ РУКИ**



**ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ**



**ЗАНИМАЙТЕСЬ  
ФИЗКУЛЬТУРОЙ**



**ХОРОШО ВЫСЫПАЙТЕСЬ**



**ПОЛЬЗУЙТЕСЬ  
АНТИСЕПТИКОМ**



**НЕ КАШЛЯЙТЕ НА  
ПРОХОЖИХ**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ  
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**



**УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ  
О ГРИППЕ И МЕТОДАХ  
ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ**



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

**СИМПТОМЫ ГРИППА:** жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

### ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо
- Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям



### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, щелочные минеральные воды)

### КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

### КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация\*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

*\*Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости.*



**РОСПОТРЕБНАДЗОР**

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?



1. Вызовите врача.



2. Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.



3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.



4. Часто проветривайте помещение, лучше всего каждые два часа.



5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.



6. Выделите больному отдельную посуду для приема пищи. После использования ее необходимо дезинфицировать. Больной должен питаться отдельно от других членов семьи.



7. Часто мойте руки с мылом, особенно до и после ухода за больным.



8. Ухаживая за больным обязательно используйте маски и перчатки, дезинфицирующие средства.



9. Ухаживать за больным должен только один член семьи.

10. В комнате больного используйте дезинфицирующие средства, протирайте поверхности не реже 2 раз в день.

**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

**ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ, НАЗНАЧИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ  
И КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕГКИХ!**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ  
БЛИЗКИХ!**

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)



# Грипп или ОРВИ: 7 отличий

начало болезни:

**Грипп:** всегда острое, болезнь буквально валит с ног | **ОРВИ:** чаще плавное, по нарастающей



**температура:**  
всегда высокая в первые же сутки, держится 4–5 дней, плохо сбивается

редко поднимается выше 38°C и не держится дольше 2–3 дней



**общее самочувствие:**  
сильная ломота в теле, озноб, головная боль, низкое давление, рвота



общая слабость, вялость



**кашель:**  
мучительный, с болью в груди, появляется на 2-е сутки

сухой, слабо выраженный, появляется сразу



**насморк:**  
может не быть совсем или слабо выраженным

часто основной симптом



**больное горло:**  
может отсутствовать, или появиться на 2–3 день болезни

один из первых симптомов

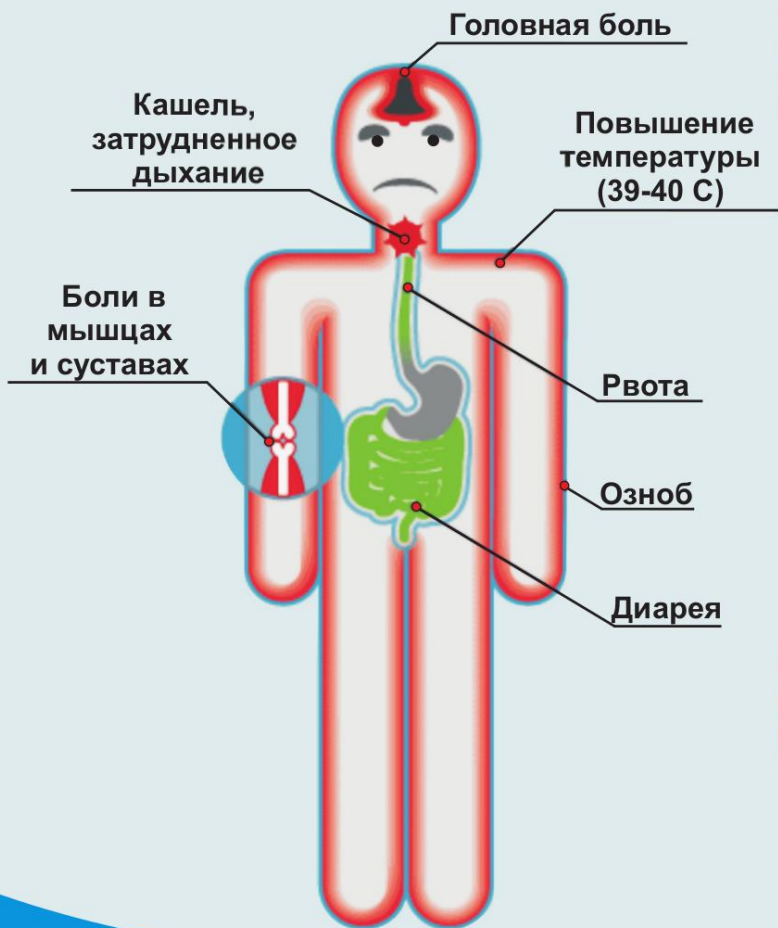


**покраснение глаз:**  
частый и первый симптом

может отсутствовать вовсе

# Профилактика гриппа

## Симптомы:



## Профилактика:

Не посещать места массового скопления людей (магазины, общественный транспорт и т.п.)



При контакте с больным членом семьи пользоваться марлевой повязкой



Соблюдать правила личной гигиены. Тщательно и часто мыть руки



Придерживаться здорового образа жизни, включая закаливание



Чаще бывать на свежем воздухе, проводить влажные уборки и проветривать помещение



При чихании и кашле использовать одноразовый носовой платок .



**ВАКЦИНАЦИЯ.**  
Перед вакцинацией обязательно проконсультироваться с врачом во избежание побочных реакций



Рацион: свежие фрукты и овощи, репчатый лук, чеснок, цитрусовые



При проявлении симптомов гриппа **НЕОБХОДИМО** оставаться дома и вызвать врача на дом. **НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!**

# ГРИПП: СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

## СИМПТОМЫ ГРИППА



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

### САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО!

Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение

### ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 38 – 39 °С

вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи!

### КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ ГРИПП НА НОГАХ!

Это может привести к тяжелейшим осложнениям

## ЧЕЛОВЕК, ЗАБОЛЕВШИЙ ГРИППОМ, ДОЛЖЕН:



• Остаться дома и соблюдать постельный режим

• Выполнять все рекомендации лечащего врача

• При кашле и чихании прикрывать рот и нос платком

• Своевременно принимать лекарства

• Пить как можно больше жидкости\*

! По возможности изолировать больного гриппом (в отдельную комнату) от других домочадцев

• Регулярно проветривать помещение, где находится больной

• При уходе за больным гриппом использовать медицинскую маску (марлевую повязку)

\* Рекомендуется горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, щелочные минеральные воды

## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА?

Наиболее эффективное средство от гриппа – прививка\*



- Есть как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.) и блюд с добавлением чеснока и лука
- Регулярно проветривать и увлажнять воздух в помещении, в котором находитесь
- Тщательно мыть руки с мылом
- Промывать полость носа
- Пользоваться маской в местах скопления людей
- Регулярно делать влажную уборку в помещении
- Реже бывать в местах скопления людей и общественном транспорте
- Вести здоровый образ жизни, высыпаться, сбалансировано питаться и заниматься физкультурой
- Избегать тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (чихают, кашляют)
- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе – начать прием противовирусных препаратов с профилактической целью (с учетом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата)

\* Вакцинация показана детям начиная с 6-ти месяцев, людям преклонного возраста, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания, транспорта. Прививку лучше делать в октябре-ноябре – за 3-4 недели до эпидемии

На основе рекомендаций специалистов Роспотребнадзора

# Внимание, ГРИПП!

## Чтобы не заболеть...

**1** Проконсультируйтесь со специалистом и сделайте прививку от гриппа себе и членам своей семьи.



**2** Прикрывайте нос и рот при чихании и кашле. Избегайте прикосновений к своему рту и носу. Соблюдайте «дистанцию» при общении.



**4** Тщательно и часто мойте руки с мылом или протирайте их дезинфицирующими средствами.



**3** Избегайте тесных контактов с людьми, которые могут быть больными. Сократите время пребывания в местах скопления людей.



## Я заболел. Что делать?



● Свести к минимуму контакт с другими людьми



● Соблюдать правила личной гигиены



● Соблюдать постельный режим



● Использовать медицинскую маску



● Обратиться за медицинской помощью



● Пить много жидкости

**НЕТ**

**ДА**

# ВАКЦИНА ОТ ГРИППА



Вакцина от гриппа защищает от всех форм гриппа



Риск заражения гриппом после прививки остаётся. В среднем прививка обеспечивает защиту на 80-90%



Вакцина может вызвать заболевание гриппом



Вакцина содержит инактивированный (убитый) вирус, который вызывает иммунный ответ, но не способен вызвать заболевание



При аллергии на куриные яйца нельзя вакцинироваться от гриппа



Большинство современных вакцин от гриппа безопасны для людей с аллергией на куриный белок. Посоветуйтесь с врачом о выборе вакцины



Грипп не очень-то и опасен. Это просто тяжёлая простуда. Лучше переболеть гриппом, а не вакцинироваться



Грипп очень опасен, особенно для младенцев, пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями. Грипп может привести к серьёзным осложнениям, госпитализации и смерти даже у молодых здоровых людей



**ПРИВИВАЙТЕСЬ ОТ ГРИППА ВОВРЕМЯ!  
СЕНТЯБРЬ И НОЯБРЬ - ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ДЛЯ  
ВАКЦИНАЦИИ!**



# 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

- 38°** РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ
- БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ В ГОРЛЕ
- СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ
- СЛАБОСТЬ
- ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА, ПОНОС)
- БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ

## ПРОФИЛАКТИКА

- ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
- РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ
- СВОЕВРЕМЕННО ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ\***
- ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ
- ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:

- ОСТАВАТЬСЯ ДОМА И СОВЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
- НЕ ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ, А ВЫЗВАТЬ ВРАЧА**
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
- ОБИЛЬНОЕ ПОТРЕПЛЕНИЕ ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ
- ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ
- ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ

\*Воспитание от гриппа проводится только в соответствии с национальным календарем профилактических прививок (Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 254-н) и № 256/2014 от 26.03.2014 об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям.



# ВАЖНО! ПРИВИВКИ



Национальный календарь профилактических прививок\* Российской Федерации по числу инфекций соответствует лучшим мировым практикам.

**Сегодня он включает вакцинацию против 12 инфекционных заболеваний:** корь • краснуха • полиомиелит • эпидемический паротит • туберкулез • столбняк • дифтерия • гепатит В • коклюш • гемофильная инфекция • пневмококковая инфекция • грипп.

## БЕСПЛАТНО ДЛЯ ГРАЖДАН РОССИИ

<b>24 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В	<b>3-7 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ ТУБЕРКУЛЕЗ	<b>1 МЕСЯЦ</b> ВОЗРАСТ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В	<b>2 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ
<b>3 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ, СТОЛБНЯК ПОЛИОМИЕЛИТ ТРИВАЛЕНТНАЯ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ	<b>4,5 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ, СТОЛБНЯК ПОЛИОМИЕЛИТ ТРИВАЛЕНТНАЯ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ	<b>6 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ, СТОЛБНЯК ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В ПОЛИОМИЕЛИТ ТРИВАЛЕНТНАЯ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ	<b>ГРИПП</b> Дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов, обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования, взрослые работники по отдельным профессиям и должностям, работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы, беременные женщины, граждане в отпуске на военной службе, лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.
<b>12 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ КОРЬ, КРАСНУХА, ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В	<b>15 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ	<b>18 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ, СТОЛБНЯК ТРИВАЛЕНТНАЯ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ	<b>20 МЕСЯЦА</b> ВОЗРАСТ ПОЛИОМИЕЛИТ
<b>6 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ КОРЬ, КРАСНУХА, ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ	<b>6-7 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК, ТУБЕРКУЛЕЗ	<b>14 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК, ПОЛИОМИЕЛИТ	<b>с 18 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК, КАЖДЕ 10 ЛЕТ от момента последней ревакцинации
<b>1-55 ВОЗРАСТ</b> ВОЗРАСТ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В Дети от 1 года до 18 лет, женщины от 18 до 25 лет (включительно), не беременные, не имеющие противопоказаний к прививкам против краснухи	<b>1-25 ЛЕТ</b> ВОЗРАСТ КРАСНУХА Дети от 1 года до 18 лет, женщины от 18 до 25 лет (включительно), не беременные, не имеющие противопоказаний к прививкам против краснухи	<b>1-55 ВОЗРАСТ</b> ВОЗРАСТ КОРЬ Дети от 1 года до 18 лет (включительно) и взрослые до 35 лет (включительно), не беременные, не имеющие противопоказаний к прививкам против кори, женщины от 35 до 55 лет (включительно), учащиеся в группах риска (работники медицинских и образовательных организаций, работники транспорта, коммунальной и социальной сферы), лица, работающие в зонах бедствия, и сотрудники государственных контролирующих органов в рамках протекции через государственную границу Российской Федерации, не имеющие противопоказаний к прививкам, однократно, не имеющие сведений о прививках против кори	

● Новая вакцинация ● Сдвигнувшаяся вакцинация и ревакцинация ● Антициклот для групп риска\*

\*Планом Минздрава России от 21.03.2014 № 254-н (с изменениями) определены основные профилактические прививки и конкретные профилактические прививки по эпидемиологическим показаниям. Профилактика проводится в течение жизни на основании индивидуального календаря прививок.



## О РЕКОМЕНДАЦИЯХ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА, ОРВИ



РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49

**ГРИПП** – ОПАСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В ГРУППЕ ОСТРЫХ  
РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ

**РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА И ОРВИ ЗНАЧИТЕЛЬНО ВЫШЕ:**



У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ  
СТАРШЕ 65 ЛЕТ



У БЕРЕМЕННЫХ  
ЖЕНЩИН



У ДЕТЕЙ ДО 5 ЛЕТ



У ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ  
ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



У ЛИЦ С ОСЛАБЛЕННОЙ  
ИММУННОЙ СИСТЕМОЙ

Прививку против гриппа следует делать до начала эпидемического подъема заболеваемости.  
Оптимальным временем проведения прививок против гриппа является период сентябрь-октябрь.

Подробнее на [www.rosпотребнадзор](http://www.rosпотребнадзор)