

Профилактика ОРВИ и гриппа в период роста заболеваемости.  
Мультимедийная презентация для медицинских работников.

ГКУ «Курганский областной Центр медицинской профилактики»  
Подготовила и.о. главного врача Хайрова Н.Ф.

**Все ли  
вы  
знаете  
о гриппе?**



**Первое упоминание о подобном гриппу состоянию датируется 412 годом до нашей эры**



Описание вспышки гриппа  
прослеживается в 1173 году

1580 год –

Первая зарегистрированная пандемия



# 1918-1920 годы- Испанка, испанский грипп

## Наиболее тяжелая пандемия за всю историю человечества





**Во время эпидемии  
погибло около 21 млн. человек,  
заболело же 500 млн.**

В Испании переболело 39% населения



Особенностью заболевания было преимущественное поражение молодых людей



Вирус гриппа был открыт только в 1931 году





**Вирус гриппа А идентифицирован в 1933 году  
Типа В – в 1940 году,  
типа С - в 1947 году**





**В начале 40-х годов  
была начата разработка гриппозных вакцин**

# Виды профилактики:

- Специфическая (Вакцинопрофилактика)
- Неспецифическая (Укрепление иммунитета)

## Профилактика гриппа



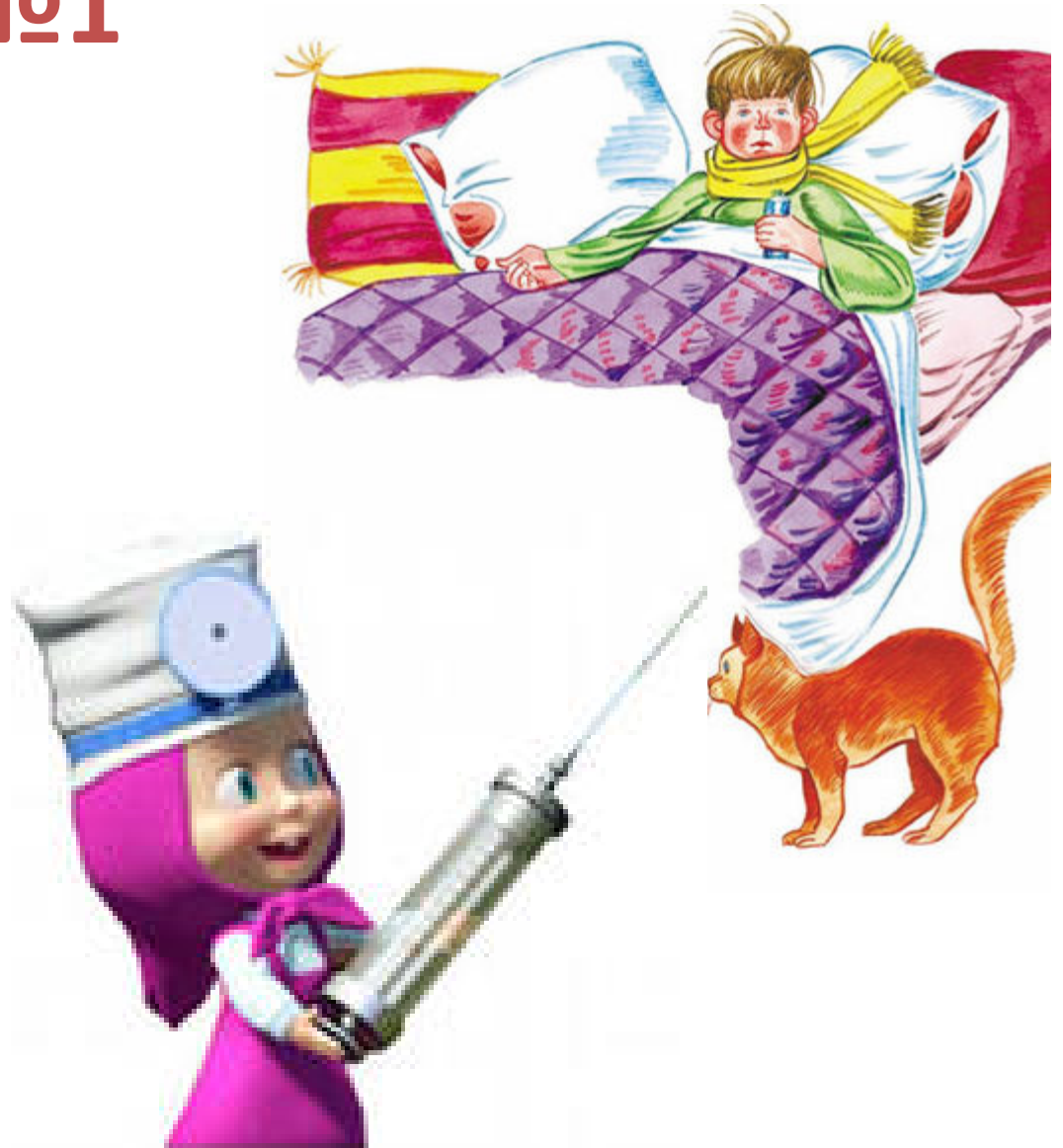
# Уровни профилактики:

- Популяционный
- Групповой
- Индивидуальный



# Совет №1

- Не занимайтесь самолечением, обратитесь к врачу.
- Оставайтесь дома.



# Совет №2

Одевайте маску при общении с людьми.



## Совет №3

Постарайтесь поместить заболевшего в отдельную комнату  
При уходе за больным членом семьи одевайте маску.  
Чаще проветривайте помещение и чаще проводите влажную уборку.  
Следите, чтобы заболевший пользовался отдельной посудой, которую надо тщательно мыть и обдавать кипятком.

## Совет №4

Соблюдайте правила личной гигиены  
Тщательно и часто мойте руки

lesky.sk





## Совет №5

**Включайте в рацион больше свежих овощей и фруктов.  
Не пренебрегайте луком, чесноком и хреном.  
Пейте не менее 2 литров воды в день.**



## Совет №6

Чаще бывайте на свежем воздухе



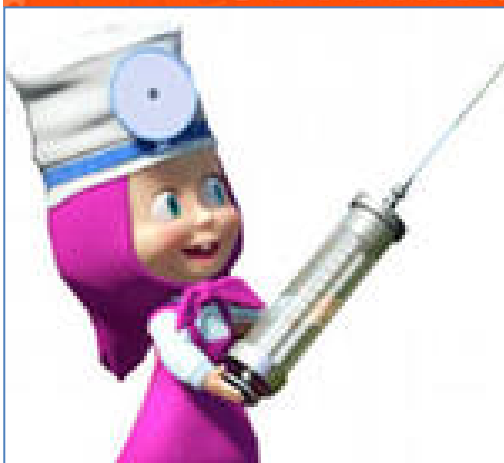
## Совет №7

- Не посещайте места массового скопления людей



**Я ЗА  
ПРИВИВКУ  
ОТ ГРИППА!**

**А ВЫ?**





**ВАКЦИНА ПОМОЖЕТ ПЕРЕНЕСТИ  
ГРИПП БЕЗ ОСЛОЖНЕНИЙ**

**Необходимые мероприятия:  
Информирование населения!**

**ОСТОРОЖНО,  
ГРИПП!**

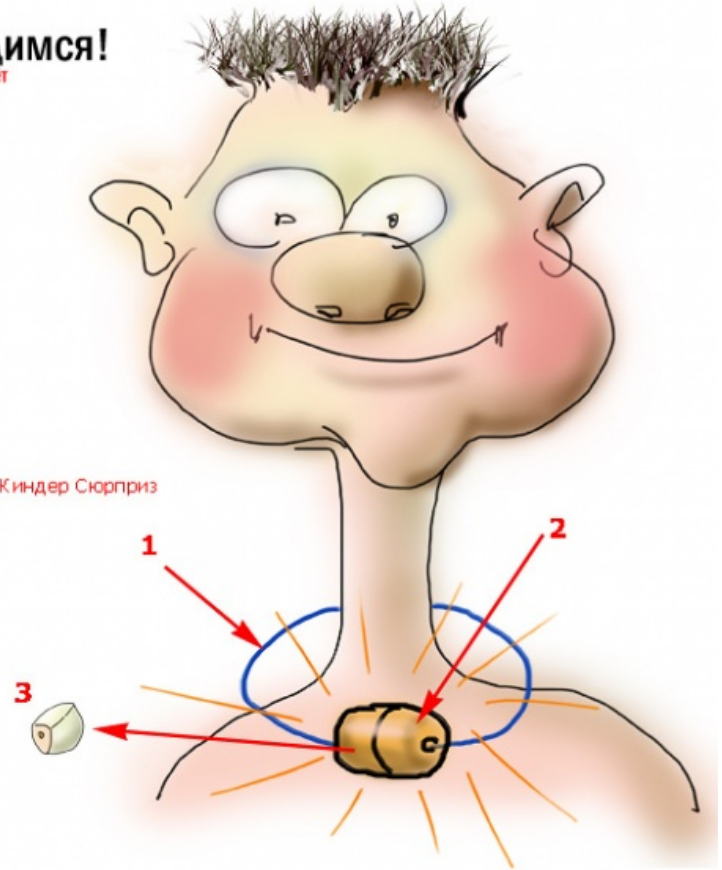


# Необходимые мероприятия:

- Информация по гриппу практически перед каждым кабинетом в медицинском учреждении.
- Памятки по гриппу должны вручаться каждому пациенту, независимо от повода обращения в лечебное учреждение

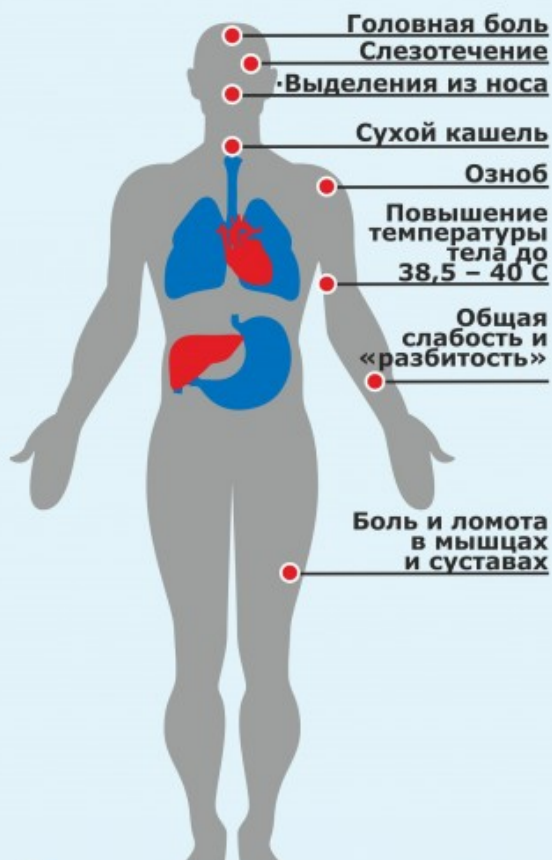
Не сдадимся!  
грипп не пройдёт

1. Шнурок
2. Контейнер от Киндер Сюрприз
3. Чеснок inside



# Профилактика гриппа

## Симптомы:



## Профилактика:

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



При контакте с больным членом семьи пользоваться марлевой маской



Соблюдать правила личной гигиены. Тщательно и часто мыть руки



Придерживаться здорового образа жизни, включая закаливание



Чаще бывать на свежем воздухе, проводить влажные уборки и проветривание помещений



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

## Как защитить себя и других



Прикрывай лицо одноразовой салфеткой, когда кашляешь и чихаешь.



Немедленно выбрасывай использованные салфетки.



Регулярно мой руки с мылом.



При появлении симптомов гриппа, обратись к врачу.



Если появились симптомы гриппа, не приближайся к здоровым, ближе, чем на метр.



При появлении симптомов гриппа, оставайся дома.



Избегай объятий и рукопожатий.



Не трогай глаза, нос, рот немытыми руками.

делайте прививку  
против гриппа



мойте руки  
с мылом



не переносите  
грипп на ногах



мойте руки  
санитайзерами,  
антибактериаль-  
ными гелями,  
чистящими  
салфетками



**ГРИПП**

не трогайте  
лицо  
немытыми  
руками



ведите  
здоровый  
образ жизни



улыбайтесь. хорошее  
настроение улучшает  
иммунитет





# 9 продуктов от простуды



Для дачников.р

Россия

И чтобы ни один  
вирус не прошел!

Е. КРАН

[cartoon.kulichki.ru](http://cartoon.kulichki.ru)

