

Борьба с гриппом начинается с вакцинации

Автор: Исполнитель

06.11.2024 06:30 - Обновлено 06.11.2024 08:36

Основной профилактической мерой борьбы с гриппом является ВАКЦИНАЦИЯ! Пройти вакцинацию против гриппа можно по месту жительства.

Эпидемиологическая эффективность вакцинации в эпидсезоне 2023-2024 гг., как и в предыдущие периоды, показала: заболеваемость гриппом среди непривитых детей и взрослых была выше, чем среди привитых. Непривитые взрослые и дети болели гриппом чаще привитых и тяжелее. Поствакцинальных осложнений на введение вакцины против гриппа не зарегистрировано.

Эпидемиологи Асбестовского отдела Управления Роспотребнадзора по СО напоминают о мерах профилактики от гриппа, COVID-19 и других ОРВИ:

- оставайтесь дома при появлении любых признаков болезни, обращайтесь за медицинской помощью и не занимайтесь самолечением;
- регулярно и тщательно мойте руки с мылом или обрабатывайте спиртосодержащим средством;
- избегайте прикосновений к своему лицу;
- соблюдайте социальную дистанцию в местах скопления людей;
- ведите здоровый образ жизни, который включает в себя правильное питание, полноценный сон, прогулки на свежем воздухе, физическую активность;
- укрепляйте иммунную систему, занимайтесь физкультурой и спортом, чаще находитесь на свежем воздухе;
- соблюдайте принципы здорового питания, употребляйте пищевые продукты, богатые витаминами и минералами;
- одеваться по сезону, не допускайте переохлаждения организма;
- соблюдайте гигиену рук: чаще мойте руки с мылом или используйте средства для обработки рук с антибактериальным компонентом;

Борьба с гриппом начинается с вакцинации

Автор: Исполнитель

06.11.2024 06:30 - Обновлено 06.11.2024 08:36

- не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот;
- оставайтесь дома, в случае появления первых симптомов острой респираторной инфекции во избежание распространения заболевания среди окружающих.

