**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Из всех острых респираторных заболеваний грипп – самое серьезное.** Особенность современного течения гриппа в том, что в последние годы отмечается увеличение числа среднетяжелых и тяжелых форм болезни. Главная опасность гриппа в том, что он может приводить к серьезным осложнениям. Осложнениями гриппа чаще всего бывают острые [пневмонии](http://www.gmsclinic.ru/services/consultations/terapia/pnevmonija-u-detej-i-vzroslyh-simptomy-priznaki-lechenie), сопровождающейся отеками легких, и отиты, в некоторых случаях приводящие к полной потере слуха. Грипп ослабляет сопротивляемость организма иным, вирусным и бактериальным инфекциям, и на его фоне могут развиться вирусный энцефалит или менингит – крайне опасные осложнения, которые могут привести к инвалидизации или гибели пациента.

***Самый надежный способ профилактики гриппа - вакцинация!***

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путем выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений.

Вакцины нового поколения разрешено применять как у взрослых, так и у детей. Вакцины подтвердили свою высокую результативность и отличную переносимость. Это особенно важно для детей с хроническими заболеваниями органов дыхания, сердечно- сосудистой системы, патологией центральной нервной системы. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений.

* 85-95  детей  из 100 привитых не заболеют гриппом.
* У 25-30 человек из 100 привитых формируется защита не только от гриппа, но и от других респираторных вирусных инфекций.

       Если все же привитой человек заболеет гриппом (5-15 человек из 100 привитых), то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений.

Прививку против гриппа лучше проводить осенью перед началом гриппозного сезона, чтобы у человека выработался иммунитет. В среднем для обеспечения надежной защиты от гриппа требуется 2-3 недели, а ослабленным людям  - 1 – 1,5 месяца.

Прививка, сделанная в прошлом году, не защитит от гриппа, так как приобретенный иммунитет не продолжителен.

Современные вакцины инактивированные, не содержат «живой» вирус и относятся к наиболее безопасным и эффективным. Все отечественные противогриппозные вакцины производятся в России по современным технологиям и относятся к вакцинам последнего поколения. Вероятность развития побочных реакций не превышает 0,01%.  В Нижегородскую область для вакцинации в сезон 2016-2017г.г. поступили вакцины против гриппа для детского населения «Гриппол плюс» и «Ультрикс».

***Обращаем внимание родителей, если 75% детей в классе привиты – это значит, создан коллективный иммунитет и дети защищены.***

***ПОМНИТЕ!* Отказываясь от прививок, Вы рискуете**

**здоровьем и жизнью Вашего ребенка!**

***Вакцинация против гриппа***

Это наиболее эффективная мера борьбы с гриппом. Вакцинация позволяет снизить риск заболевания и осложнений, Современные вакцины инактивированные, не содержат «живой» вирус и относятся к наиболее безопасным и эффективным.

Вакцина стимулирует образование в организме человека антител против вируса гриппа. Весь спектр гриппозных вакцин, используемый в Республике Беларусь прошел регистрацию и разрешен к применению.

Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений.

* 85-95  детей  из 100 привитых не заболеют гриппом.
* У 25-30 человек из 100 привитых формируется защита не только от гриппа, но и от других респираторных вирусных инфекций.

      Если все же привитой человек заболеет гриппом (5-15 человек из 100 привитых), то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений.

**Когда лучше всего прививаться от гриппа?**

С сентября по ноябрь. Вакцинация во время эпидемии также безопасна и эффективна, однако в период развития иммунитета (7-15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами. Ослабленных детей необходимо прививать в первую очередь и как можно раньше, т.к. они наиболее подвержены инфекциям, протекающим у них, как правило, в тяжелой форме.

Детям  с 6 месяцев до 3 лет вакцина вводится внутримышечно или подкожно в дозе 0,25 мл. Причем, детям в возрасте до 8 лет включительно, ранее не болевшим гриппом и впервые вакцинируемым против гриппа, рекомендуется вводить вакцину двукратно с интервалом в 4 недели.

Взрослым и детям старше 3-х лет, ранее прививавшимся против гриппа,  вакцину вводят однократно  в дозе 0,5 мл.

Такие схемы соответствуют Международным рекомендациям.

**Можно ли заболеть гриппом в результате вакцинации?**

Это невозможно, потому что инактивированные вакцины содержат убитые вирусы. Возникновение заболевания гриппом после вакцинации можно объяснить тем, что в момент вакцинации пациент уже находился в инкубационном периоде гриппа, или тем, что пациент мог заболеть другой ОРВИ.

**Напоминаем, что отказываясь от прививок,**

**Вы рискуете здоровьем и жизнью Вашего ребенка.**

 В Нижегородскую область поступили вакцины против гриппа для детского населения «Гриппол плюс» и «Ультрикс». Таким образом, всего по состоянию на 30.08.2016 г. в область поступило 473,5 тыс. доз вакцины против гриппа, в том числе 350 тыс. доз для взрослых и 123,5 тыс. доз для детей.

Все отечественные противогриппозные вакцины производятся в России по современным технологиям и относятся к вакцинам последнего поколения. Вероятность развития побочных реакций не превышает 0,01%, среди побочных реакций возможны: боль в месте инъекций, слабость, повышение потливости, головная боль. Все нежелательные реакции проходят самостоятельно без дополнительного лечения в течение 1-3 дней. Данные реакции являются проявлением формирования иммунитета.

## Вакцина от гриппа 2015 2016

Грипп, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, а также через руки, которыми мы прикрываем нос и рот вовремя чихания и кашля.

Большинство людей в мире, инфицированных этим вирусом, переболевают в лёгкой и средне-тяжелой форме, однако были отмечены и тяжелые случаи заболевания с летальным исходом.

**Каковы симптомы заболевания?**

Симптомы гриппа: повышенная температура, кашель, боль в горле, ломота в теле, головная боль, озноб и усталость, изредка - рвота и понос.

Особенности течения гриппа

У взрослых болезнь, как правило, начинается внезапно с резкого повышения температуры, головной боли, мышечных и суставных болей.

У детей грипп протекает по-разному: одни становятся вялыми, много спят, другие - беспокойными, раздражительными, температура повышается до 37 - 38 градусов, отмечается затрудненное дыхание.

Вирус гриппа заразен!

Известно, что больной гриппом может быть заразным, начиная с 1 дня до появления первых симптомов заболевания и до 7 дней после начала заболевания.

Чтобы воспрепятствовать распространению вируса гриппа, необходимо:

-     Сделать прививку против гриппа, так как вакцина является наиболее эффективным средством профилактики.

-    Проводить влажную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств.

-    Регулярно проветривать помещение.

-     Научить детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.

-     Научить детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей. Научить детей не подходить к больным ближе, чем на полтора - два метра.

-     Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные и образовательные учреждения).

-     Воздержаться от посещения мест скопления людей.

В случае всех перечисленных выше симптомов у ребёнка: повышение температуры тела, кашель, боль в горле, озноб, головная боль, затруднённое дыхание, боли в мышцах и суставах, сыпь, рвота, понос  родители обязуются незамедлительно обратиться к помощи врача.

Самым эффективным способом профилактики гриппа многие врачи считают вакцинацию. Вакцинироваться можно уже в октябре. Прививку вам сделают в поликлинике по месту жительства, в специализированном вакцинальном центре или в лицензированном кабинете.

Европейское Медицинское Агентство рекомендует производителям вакцин против гриппа в эпидемиологическом сезоне 2015 2016 включать в состав вакцины ослабленные штаммы вируса гриппа A/California/7/2009 (H1N1)pdm09-подобный вирус; A/Switzerland/9715293/2013 (H3N2)-подобный вирус; B/Phuket/3073/2013-подобный вирус. В случае четырехвалентных вакцин, кроме указанных выше штаммов сезонного вируса гриппа, в состав рекомендуется включать B/Brisbane/60/200-подобный вирус.

### Кому рекомендуется прививка

Вакцинация от гриппа не гарантирует полной защиты от заболевания, но может облегчить его течение и снизить риск возникновения осложнений. Вакцинироваться рекомендуется прежде всего тем, кто входит в группу высокого риска: детям, пожилым и людям, ослабленным хроническими заболеваниями.

### Противопоказания к вакцинации от гриппа

Несмотря на несомненную пользу и эффективность прививок против гриппа, проводить эту процедуру все же надо с осторожностью.

Прививку против гриппа нельзя делать если:

* у вас есть аллергия на куриный белок;
* если после прошлогодней прививки против гриппа проявлялись аллергической реакции;
* в случае острого заболевания, или при обострении хронического заболевания.
* О том, что иммунная система напряжена, может свидетельствовать повышенная температура. При повышенной температуре вакцинация от гриппа не проводится.

Кроме перечисленных есть и другие противопоказания, поэтому перед тем как делать прививку от гриппа обязательно проконсультируйтесь с врачом.

**ОСТОРОЖНО, ГРИПП!**

**КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ХОТЯ БЫ РАЗ В ЖИЗНИ БОЛЕЛ ГРИППОМ ИЛИ ПРОСТУДОЙ.**

**ЕСЛИ ТЫ УЧИШЬСЯ В ШКОЛЕ, ТО НУЖНО БЫТЬ ОСОБЕННО ВНИМАТЕЛЬНЫМ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ. ВЕДЬ ТВОЙ ИММУНИТЕТ СЛАБЕЕ, ЧЕМ У ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА. А В ШКОЛАХ ЭПИДЕМИИ РАСПРОСТРАНЯЮТСЯ ОСОБЕННО БЫСТРО – ПРИ ОБЩЕНИИ ШКОЛЬНИКОВ МЕЖДУ СОБОЙ И ДАЖЕ ПОКА ОНИ НАХОДЯТСЯ НА УРОКЕ В КЛАССЕ. ПОЭТОМУ РИСК ЗАБОЛЕТЬ У ТЕБЯ ОЧЕНЬ ВЫСОКИЙ.**

**УЗНАЙ, КАК НАДО БОРОТЬСЯ С ГРИППОМ!**

**ЧТО ТАКОЕ ГРИПП?**

**Грипп** – это заболевание, которое в буквальном смысле «витает в воздухе» – передается воздушно-капельным путем, при вдыхании вирусных частиц, а также через предметы, которыми пользовался больной человек.

Заразиться вирусом гриппа может и взрослый, и ребенок. А твои ровесники начинают болеть одними из первых, поскольку их иммунитет еще не умеет противостоять вирусам.

 **БУДЬ ОСТОРОЖЕН!**

**Заразиться гриппом можно:**

**- Находясь** рядом с больным человеком, особенно если он кашляет и чихает.

**- Обмениваясь** тетрадями и письменными принадлежностями с больными учениками, сидя с ними за одной партой без защитной повязки или пользуясь одной посудой.

**- Не соблюдая** правил личной гигиены, таких как мытье рук перед едой, содержание в чистоте одежды и т.п.

**КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ТЫ ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?**

В самом начале заболевания ты можешь почувствовать **озноб, слабость и вялость, сильную головную боль.**

У тебя высокая **температура.**

На 2-3-й день болезни начинается **боль в горле, насморк, сухой кашель.**

У некоторых детей во время гриппа **болит живот и их тошнит.**

**ЧЕМ ОПАСЕН ГРИПП ДЛЯ ШКОЛЬНИКА?**

 Главная опасность гриппа в том, что он может приводить к серьезным осложнениям:

- Заболевания органов дыхания

- Болезни сосудов и сердца

- Заболевания центральной нервной системы.

**МОЖНО ЛИ «ОБМАНУТЬ» ГРИПП?**

Врачи во всем мире говорят, что самое лучшее средство защиты от гриппа – это каждый год делать прививки.

В каждой школе прививки делаются бесплатно, поскольку вакцинация учащихся контролируется государством.

Не бойся осмотра у врача! Это нужно для того, чтобы убедиться, что ты полностью здоров и тебе можно делать прививку.

**А сама прививка совершенно безопасна, и делать ее не больно!**

* ***Вакцинация - наиболее эффективная мера борьбы с гриппом.***
* Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путем выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений.
* Вакцины нового поколения разрешено применять как у взрослых, так и у детей. Вакцины подтвердили свою высокую результативность и отличную переносимость. Это особенно важно для детей с хроническими заболеваниями органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, патологией центральной нервной системы.
* Прививку против гриппа лучше проводить осенью перед началом гриппозного сезона, чтобы у человека выработался иммунитет. В среднем для обеспечения надежной защиты от гриппа требуется 2-3 недели, а ослабленным людям  - 1 – 1,5 месяца.
* Прививка, сделанная в прошлом году, не защитит от гриппа, так как приобретенный иммунитет не продолжителен.
* В настоящее время в России зарегистрированы и разрешены к применению различные препараты живых и инактивированных гриппозных вакцин.

