

Методы профилактики и лечения гриппа



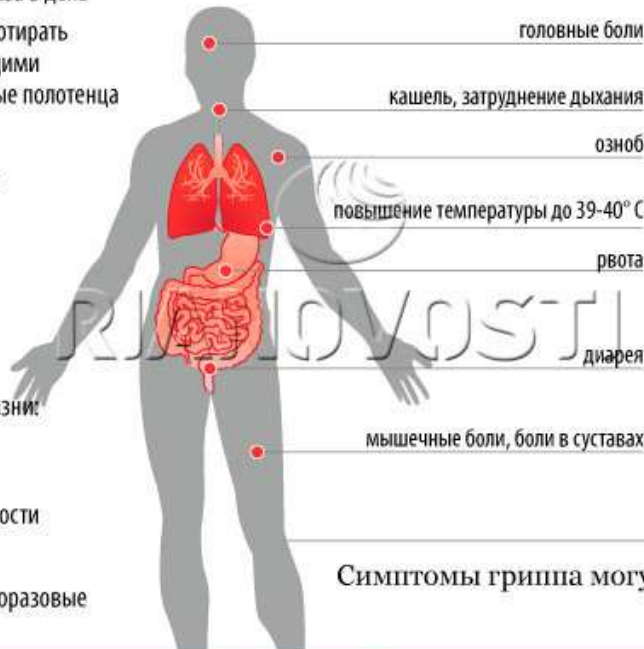
Профилактика

- Незамедлительно обратиться к врачу, как только появится легкое недомогание
- Мазать в носу оксолиновой мазью 2 раза в день
- Тщательно мыть руки с мылом или протирать спиртосодержащими дезинфицирующими средствами, использовать одноразовые полотенца
- Реже прикасаться к глазам и носу
- Не прикасаться к поручням и перилам
- Избегать контактов с чихающими и кашляющими людьми
- Чихать только в локоть, а не в ладонь
- Не пользоваться общественными телефонами
- Придерживаться здорового образа жизни: полноценный сон, «здоровая» пища, физическая активность
- Принимать большое количество жидкости
- Принимать витамин С
- При необходимости использовать одноразовые медицинские маски



Симптомы

Спустя 1–5 дней после контакта с заболевшим появляются симптомы:



головные боли

кашель, затруднение дыхания

озноб

повышение температуры до 39-40° C

рвота

диарея

мышечные боли, боли в суставах



Лечение

Вирус гриппа типа А(Н1N1) устойчив к действию:

- амантадина (amantadine)
- римантадина (rimantadine)

чувствителен к действию:

- осельтамивира (oseltamivir)
- занамивира (zanamivir)

Рекомендованные лекарственные препараты*

- арбидол
- амиксин
- кагоцел
- ингаверин
- альфа и гамма интерфероны



Симптомы гриппа могут не проявляться от **24-х до 48-и** часов после заражения



Во внешней среде вирус сохраняет активность в течение **72 часов**



Потребление свинины, подвергнутой кулинарной обработке, не несет риска заражения вирусом



Люди, зараженные гриппом, опасны для окружающих в течение 7-10 дней



В России зарегистрированы 4 вакцины против вируса гриппа А(Н1N1)

*Источники: www.roszdravmadzor.ru, www.rosпотребнадзор.ru

Грипп

Как защитить себя и других



Прикрывай нос и рот
одноразовыми
салфетками, когда
кашляешь или чихаешь



Немедленно
выбрасывай
использованные
салфетки



Регулярно мой руки с
мылом



Если у тебя
симптомы,
похожие на
симптомы гриппа,
немедленно
обратись к врачу



Если у тебя симптомы,
похожие на симптомы
гриппа, не
приближайся к другим
людям ближе, чем на 1
метр



Если у тебя
симптомы,
похожие на
симптомы гриппа,
оставайся дома. Не
ходи на работу, в
школу, не посещай
общественные
места



Избегай объятий,
поцелуев и
рукопожатий при
встречах



Не трогай глаза,
нос или рот
немытыми руками

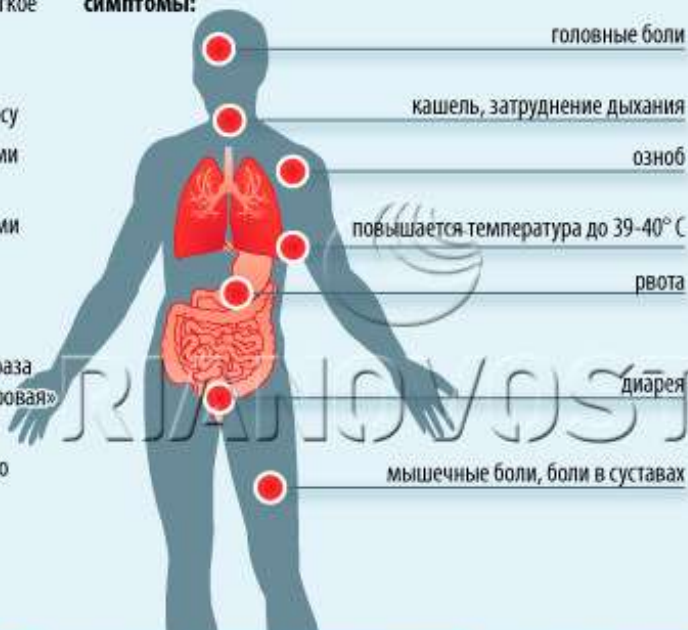
Методы профилактики и лечения гриппа А(Н1N1)

Профилактика

- Незамедлительно обратиться к врачу, как только появится легкое недомогание
- Чаще мыть руки с мылом
- Реже прикасаться к глазам и носу
- Избегать контактов с чихающими и кашляющими людьми
- Не пользоваться общественными телефонами
- Не прикасаться к поручням и перилам
- Придерживаться здорового образа жизни: полноценный сон, «здоровая» пища, физическая активность
- Принимать большое количество жидкости
- Принимать витамин С

Симптомы

Спустя 1-5 дней после контакта с заболевшим появляются симптомы:



Лечение

Вирус гриппа типа А(Н1N1) устойчив к действию:

- амантадина (amantadine)
 - ремантадина (rimantadine)
- чувствителен к действию:
- озельтамивира (oseltamivir)
 - занамивира (zanamivir)

Рекомендованные лекарственные препараты*

- арбидол
- амиксин
- кагоцел
- ингавирин
- альфа и гамма интерфероны
- ингарон
- альфарон



Во внешней среде вирус сохраняет активность в течение 72 часов



Потребление свинины, подвергнутой кулинарной обработке, не несет риска заражения вирусом



Люди, зараженные гриппом, опасны для окружающих в течение 7-10 дней



На сегодняшний день вакцины против гриппа А(Н1N1) не существует

*Источники: www.roszdravnadzor.ru, www.rospotrebnadzor.ru

Любое использование этой публикации возможно только с письменного согласия «РИА Новости»
По вопросу использования обращаться по телефону +7 (495) 645-6601 (# 7251) или e-mail: infographica@rian.ru

«РИА Новости» © 2009



Прививка от «свиного» гриппа

В России стартовала вакцинация граждан от нового вируса гриппа А/Н1N1

Вакцину нужно вводить дважды.
Промежуток между первым
и вторым введением –

10 дней

Срок действия
иммунитета –

один год

Вакцинация детей

27% россиян планируют
привить своих детей

47% отрицательно относятся
к прививкам

Данные опроса на SuperJob.ru.



Вакцина от гриппа

это целый вирус гриппа
(искусственно ослабленный
или убитый), либо отдельные
части этого вируса

Вакцина стимулирует выработку антител для борьбы с возбудителем заболевания

Вакцина от А/Н1N1 вводится
интраназально – впрыскивается в носовые
ходы из специального шприца

Регионы начального этапа вакцинации

Брянская обл.
Московская обл.
Воронежская обл.
Томская обл.
Алтайский край

Прививку от А/Н1N1 делать нельзя



при аллергии на куриный
белок



детям до трех лет и дошкольникам



беременным женщинам



больным ВИЧ



с любым текущим заболеванием, а также тем, кто недавно (менее двух недель) переболел любой простудной или вирусной инфекцией, даже если эта инфекция – всего лишь герпес



при обострении хронических заболеваний – от гипертонии до бронхиальной астмы



При возникновении поствакцинального осложнения гражданин может получить государственное единовременное пособие в размере



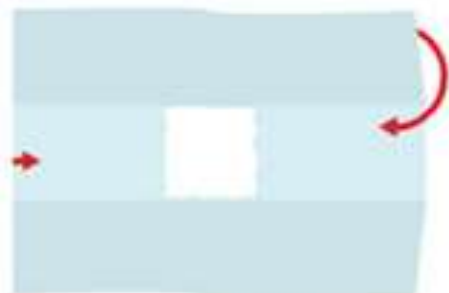
10 тыс. руб. (в ред. Федерального закона от 07.08.2000 N 122-ФЗ)

Как изготовить и носить медицинскую маску

Как изготовить в домашних условиях

I способ

Взять марлю (90x60 см).
Вату (15x15 см, толщиной 1 см) аккуратно поместить в марлю и завернуть ее в 3 раза



Концы марли надрезают так, чтобы образовались две пары завязок



Отличие от одноразовой аптечной маски, которую можно носить не более 2-х часов, ватно-марлевую повязку можно носить до 4-х часов, стирать и использовать многократно

Как правильно носить

II способ

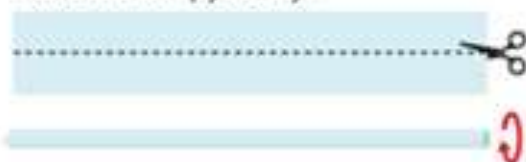
От бинта (7 м x 14 см)
отрезать 60 см



Кусок ваты (14x14 см) выложить в начало бинта. Свернуть бинт в 4 слоя



Для завязок отрезать 80 см бинта, разрезать вдоль пополам, свернуть обе бинтовые полоски в «трубочку»



Продеть завязки сверху и снизу основной части ватно-марлевой повязки и сшить



Как правильно носить

- Использовать не более двух часов
- Не касаться закрепленной маски
- Тщательно мыть руки с мылом после прикосновения к использованной маске
- Рекомендуется носить маски тем, кому придется находиться рядом с больным человеком
- Носить в закрытых помещениях, в местах с большим скоплением людей, например, в метро
- Должна закрывать не только рот, но и нос
- Должна плотно прилегать к лицу

На примере одноразовой медицинской маски

