
# Неспецифическая профилактика

регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком

не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот

соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра

сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей

используйте маски в общественных местах регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений

регулярно обеззараживайте гаджеты

**ОСП МБДОУ детский сад №8 «Звездочка» - детский сад «Солнышко»**

 **Подготовила: Гребенникова С.М.**

Грипп

Эти меры неспецифической профилактики универсальные и помогут защититься от любых респираторных инфекций, в том числе от ОРВИ и коронавирусной инфекции

<http://cgon.rospotrebnadzor.ru/> <http://cgon.rospotrebnadzor.ru/>

# Что такое грипп Симптомы гриппа При появлении

**симптомов гриппа**

Это острая вирусная инфекция, поражающая преимущественно органы дыхания - нос, горло, бронхи, иногда легкие


# Отличия гриппа от ОРВИ

более заразный более тяжелый

чаще развиваются осложнения способен вызывать эпидемии

# Источник инфекции

больной человек

# Пути передачи:

преимущественно воздушно-капельный – при разговоре, кашле, чихании

реже контактно-бытовой – через грязные руки, общие предметы обихода и гигиены, посуду

резкое повышение температуры до 38-40°C

головная боль слабость

боль в мышцах и суставах насморк, кашель, першение в горле

# Грипп опасен осложнениями

К ним относятся бронхит, пневмония, отит, синусит, миокардит, перикардит, менингит, энцефалит, обострения имеющихся хронических заболеваний

# Риск развития осложнений особенно высок для:

младенцев

людей всех возрастов с хроническими заболеваниями и избыточной массой тела беременных

пожилых

оставайтесь дома

не занимайтесь самолечением обратитесь к врачу

не контактируйте с другими людьми, чтобы не подвергать их риску инфицирования

# Вакцинация – эффективная мера профилактики гриппа

Вакцинация показана всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости

Лучшее время для вакцинации от гриппа - сентябрь, октябрь, ноябрь

# Прививаться от гриппа необходимо ежегодно!

Каждый год состав вакцины обновляется в соответствии с прогнозом ВОЗ об актуальных штаммах гриппа на предстоящий год