



## **Защитите себя и своего ребенка от гриппа!**

Грипп – острое инфекционное вирусное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем. Источником инфекции является больной человек. Наибольшую опасность представляют люди, которые переносят данную инфекцию в стертой форме (без явной клиники).

Первыми на подъем заболеваемости всегда отвечают дети. Это связано с тем, что они больше находятся в замкнутых коллективах (детских садах, школах, училищах), общаются с большим количеством детей и взрослых (одноклассники, учителя, воспитатели).

Полностью оградить ребенка от инфекций, уберечь его от гриппа и простудных заболеваний в осенне-весенний период не под силу ни одному родителю. Но можно сделать все от нас зависящее, чтобы снизить риск заболевания своего ребенка.

Очень часто родители путают грипп и другие ОРВИ, которые обычно называют простудой. Их, действительно, нелегко, но всё-таки можно отличить. Простуда начинается постепенно - с насморка, неприятных ощущений в горле и кашля. Температура редко поднимается выше 38°C и держится недолго. При этом общее самочувствие ребёнка не сильно ухудшается. А вот основные симптомы гриппа при наиболее распространённой среднетяжёлой форме появляются, как правило, наоборот, остро и внезапно: высокая температура, озноб, головные и мышечные боли, боли в горле, сухой кашель, плохое самочувствие в целом, ощущение разбитости. Температура достигает своего максимального значения к концу первых или реже на вторые сутки.

Не стоит забывать и про осложнения гриппа. Осложнения могут проявляться как в процессе развития болезни, так и после нее. Чаще всего в качестве осложнения гриппа у детей проявляется

ларинготрахеобронхит, отит, воспаление придаточных пазух, пневмония. Осложнения гриппа всегда возникают как результат наложения бактериальной флоры на гриппозную инфекцию.

Самый надежный и эффективный способ защиты от гриппа – это вакцинация

В первую очередь прививки от гриппа рекомендованы часто болеющим деткам. Считается, что они после вакцинации смогут переносить различные простудные заболевания легче.

В настоящее время для вакцинации используются только инактивированные вакцины. В своем составе они не содержат живой вирус и не способны вызвать заболевание, но способны стимулировать нашу иммунную систему для выработки антител к вирусу гриппа.

Полноценный иммунитет формируется через 2-3 недели после вакцинации. Именно поэтому очень важно своевременно сделать прививку, до начала подъема заболеваемости гриппом. Наиболее благоприятное время для вакцинации: сентябрь-октябрь.

Для вакцинации лиц из групп риска (дети, учителя, воспитатели, взрослые с хроническими заболеваниями, медицинские работники и т.п.)

Также соблюдение ряда простых правил поможет Вам укрепить ваш иммунитет: здоровое питание, витамины, закаливание, здоровый полноценный сон, прогулки на свежем воздухе.

Уважаемые родители! У вас есть возможность защитить своего ребенка от гриппа в предстоящий сезон подъема заболеваемости гриппом и острыми респираторными инфекциями – сделать профилактическую прививку.

**Прививайтесь против гриппа и будьте здоровы!**