**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)**

Вадковский пер., д. 18, стр. 5 и 7, г. Москва, 127994
Тел.: 8 (499) 973-26-90, Факс: 8 (499) 973-26-43
E-mail: info@rospotrebnadzor.ru
http://www.rospotrebnadzor.ru
ОКПО 00083339 ОГРН 1047796261512
ИНН 7707515984 КПП 770701001

_____ № _____

На № _____от_____

О коммуникационном проекте по профилактике гриппа, ОРВИ и COVID-19

Заместителю
Председателя Правительства
Российской Федерации
Голиковой Т.А.

Уважаемая Татьяна Алексеевна!

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в соответствии с Вашим устным поручением докладывает о подготовке коммуникационного проекта по профилактике гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции в период эпидемического подъема заболеваемости (далее – Проект).

Основной задачей Проекта является своевременное информирование различных возрастных групп населения о возможных способах профилактики гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции. Проект предусматривает использование для разных целевых аудиторий различных форматов коммуникаций, а также перечень мероприятий, проводимых федеральными и региональными органами исполнительной власти. Разработанные демонстрационные материалы прилагаются.

При Вашем одобрении Проекта просим дать поручение Министерству просвещения Российской Федерации, Министерству образования и науки Российской Федерации, Министерству здравоохранения Российской Федерации, Министерству цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации, Министерству труда и социальной защиты Российской Федерации, Всероссийскому общественному движению «Волонтеры-медики», АНО «Диалог», а также АНО «Национальные приоритеты» принять участие в реализации предлагаемого Проекта.

На Ваше решение.

Приложение: на 22 л. в 1 экз.

Руководитель А.Ю. Попова

Коммуникационный проект по профилактике гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции в период эпидемического подъема

Ноябрь, 2022 г.

Цели и задачи

Своевременное информирование населения о возможных способах профилактики и сохранения собственного здоровья и здоровья своих близких позволит сократить риск заболеваний и количество негативных последствий.

ЦЕЛЬ:

- Разъяснение необходимости соблюдения профилактических мер.

ЗАДАЧИ:

- создание информационных материалов по теме профилактики гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции;
- мотивирование граждан к соблюдению мер профилактики и вакцинации от гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции;
- вовлечение целевых аудиторий в обсуждение рисков сезонных заболеваний с целью повышения интереса к «обыденной» теме.

Целевая аудитория: возрастная категория от 5 до 18 лет

ОРВИ и грипп – наиболее частые заболевания у детей.

С малых лет важно сформировать представление о методах профилактики.

Формат коммуникации

Отличаются впечатлительностью и динамичностью, для них наиболее важна яркая, но **доступная форма подачи информации**, нежели ее смысловое содержание.

Мероприятия

- **Плакаты** в детских садах, школах, организациях дополнительного образования.
- **Плакаты** в частных общеобразовательных и организациях дополнительного образования.
- Проект со студией **мультипликации.**

Реализация

По согласованию с Минпросвещения России.

Письмо из Управлений Роспотребнадзора по субъектам.

Публикации в социальных сетях и интеграции в мультипликационные материалы.

Примеры материалов

Публикации с участием мультипликационных героев

На фото – пример интеграции с героем «Чуч-мяуч» студии «Союзмультфильм»

Плакаты по мотивам мультиков и сказок (в разработке «ИМА-пресс»)

Пример сценария плаката:

— Будь здорова, — сказал Пух, подняв лапу.

— Я не чихала.

— Нет, Сова, ты чихнула.

— Прости, пожалуйста, Пух, но я не чихала. Нельзя же чихать и не знать, что ты чихнул.

— Ну и нельзя знать, что кто-то чихнул, когда никто не чихал.

Целевая аудитория: возрастная категория от 18 до 24 лет

Молодые люди – это самый динамично меняющийся сегмент целевой аудитории.

Как правило, в большей степени склонны к риску и диссидентству.

Формат коммуникации

Привлечение внимания яркими **высказываниями.** По данным собственного исследования*, больше всего доверяют **телеграм-каналам и платформе Яндекс.Дзен.**

Мероприятия

- **Интернет и социальные сети** с возможностью таргетированного подхода.
- Размещение **информационных материалов** в вузах и ссузах.
- **Наружная реклама.**

Реализация

- Размещение в телеграм-каналах и на Яндекс.Дзен силами АНО «Диалог».
- По согласованию с Минобразования России.
- Площадки для социальной рекламы и рекламы, представляющей особую общественную значимость, на безвозмездной основе.

Примеры материалов

Публикации в социальных сетях

Информационные материалы

Наружная реклама
(в разработке «ИМА-пресс»)

Основание:

**Исследование ВЦИОМ для проекта «Санитарный щит», проведенное с 20 по 24 августа 2022 года методом количественного опроса среди 5000 человек из 85 субъектов РФ старше 18 лет.*

Целевая аудитория: возрастная категория от 25 до 34 лет

В эту группу чаще, чем в другие, попадают родители дошкольников и беременные – одни из наиболее уязвимых перед вирусными заболеваниями категорий населения.

Формат коммуникации

По данным собственного исследования*, подходящий канал коммуникации – **портал «Госуслуги»,** а больше всего доверяют информации от знакомых в сфере медицины и из программ **на федеральных каналах**.

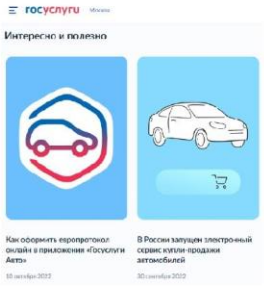
Мероприятия

- **Использование портала «Госуслуги».**
- **Интернет и социальные сети** с возможностью таргетированного подхода.
- Программы и репортажи **на федеральных каналах.**

Реализация

- Материал на портале и рассылка краткого письма пользователям по согласованию с Минцифры России.
- Интеграции с блогерами сферы медицины и вакцинопрофилактики.
- Тематические выпуски с участием экспертов Роспотребнадзора и научных организаций.

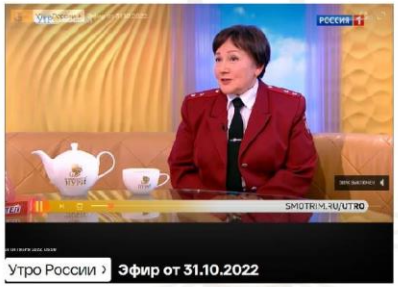
Примеры материалов



Пример публикации на портале «Госуслуги»

Пример письма пользователям

Интеграции с блогерами



Программы/репортажи на федеральных каналах

Основание:

**Исследование ВЦИОМ для проекта «Санитарный щит», проведенное с 20 по 24 августа 2022 года методом количественного опроса среди 5000 человек из 85 субъектов РФ старше 18 лет.*

Целевая аудитория: возрастная категория от 35 до 59 лет

Представители этой группы, как правило, самостоятельные, трудоспособные люди, для которых важно сохранить социальную стабильность.

Формат коммуникации

По данным собственного исследования*, эффективным источником информирования считают стенды в общественных местах, доверяют репортажам на местных каналах.

Мероприятия

- Вовлечение в агитацию работодателей – бизнеса и государственных организаций.
- Размещение видеороликов и плакатов на площадках бизнеса и объектов социальной инфраструктуры: МФЦ, ЛПУ, транспорт.
- Программы и репортажи на местных каналах и радио.

Реализация

Письмо из Управлений Роспотребнадзора по субъектам.

Направление материалов крупнейшим работодателям (топ-100), а также МФЦ, департаментам транспорта.

Поручение Управлениям Роспотребнадзора по субъектам РФ организовать работу.

Примеры материалов

Программы/репортажи на местных телеканалах и радио

Пример материалов для размещения в общественных местах

Референс для разработки агитматериалов для предприятий

Основание:

**Исследование ВЦИОМ для проекта «Санитарный щит», проведенное с 20 по 24 августа 2022 года методом количественного опроса среди 5000 человек из 85 субъектов РФ старше 18 лет.*

Целевая аудитория: возрастная категория 60+

После 60 лет даже простуда является реальной угрозой.
Критически важно следить за здоровьем пожилых и своевременно проводить профилактические мероприятия.

Формат коммуникации

Для лиц старшего возраста помимо профилактики **важно своевременное и грамотное информирование о возможностях, предоставляемых государством** – вакцинация и др.

Мероприятия

- Включение в региональные программы федерального проекта **«Старшее поколение».**
- Печатная пресса городского/регионального уровня, материалы на объектах социальной инфраструктуры: МФЦ, ЛПУ, транспорт.
- Вовлечение волонтеров в работу по информированию и профилактике.

Реализация

- По согласованию с Минтруда России.
- Поручение Управлениям Роспотребнадзора по субъектам РФ.
- По согласованию с Всероссийским общественным движением «Волонтеры-медики».

Примеры материалов

Пример материала на площадке «Старшего поколения»

Пример вовлечения волонтеров

RGRU

Инфекционист объяснила, зачем нужно в случае простуды уточнять диагноз: грипп, COVID-19 или ОРВИ

Сходные "гриппоподобные" симптомы возникают при разных острых респираторных вирусных инфекциях. Так ли важно знать, чем конкретно вызвано заболевание? На этот вопрос "Российской газете" ответила врач-инфекционист, ведущий эксперт Центра молекулярной диагностики CMD ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора Маргарита Провоторова.

Материалы в печатной прессе

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ!

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Роспотребнадзор напоминает, что в начале сентября открылась кампания по вакцинации против гриппа. Период с сентября по ноябрь самое подходящее время для вакцинации от гриппа, так как прививаться нужно за две-три недели до начала подъема заболеваемости, чтобы успел сформироваться необходимый иммунитет. Эпидемиологи и инфекционисты единодушны: прививка от гриппа нужна.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ

ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

О РЕКОМЕНДАЦИЯХ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА, ОРВИ

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ГРИПП – ОПАСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В ГРУППЕ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ

РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА И ОРВИ ЗНАЧИТЕЛЬНО ВЫШЕ:

У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ СТАРШЕ 65 ЛЕТ

У БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

У ДЕТЕЙ ДО 5 ЛЕТ

У ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

У ЛИЦ С ОСЛАБЛЕННОЙ ИММУННОЙ СИСТЕМОЙ

Прививку против гриппа следует делать до начала эпидемического подъема заболеваемости.
Оптимальным временем проведения прививок против гриппа является период сентябрь-октябрь.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

О ПРАВИЛАХ ПРОФИЛАКТИКИ ПРИ КОРОНАВИРУСЕ И ГРИППЕ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

В условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19 и сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ Роспотребнадзор напоминает о возможном сочетании двух инфекций COVID-19 и гриппа. Микст-инфекция может протекать достаточно тяжело и вызвать самые неблагоприятные последствия. Чтобы этого избежать, рекомендуется соблюдать правила профилактики.

1. КАК ПРОТЕКАЕТ БОЛЕЗНЬ, ЕСЛИ Я ЗАРАЗИЛСЯ ОДНОВРЕМЕННО COVID-19 И ГРИППОМ? СКОЛЬКО ОНА ДЛИТСЯ?

Сочетание двух вирусов, поражающих дыхательную систему, как правило, способствует более тяжелому и длительному течению заболевания. Однако, на тяжесть проявлений и их продолжительность влияет множество других факторов: вакцинация, возраст пациента, хронические заболевания, своевременность и правильность лечения. Если человек вакцинирован против коронавирусной инфекции и против гриппа, то вероятность выраженной симптоматики и тяжелого течения минимальна, а болезнь проходит быстрее. У детей в возрасте до года и пожилых людей, у тех, кто имеет сердечно-сосудистую или бронхо-лёгочную патологию, сахарный диабет риск тяжелого и длительного течения гораздо выше.

2. В РОССИИ БЫЛИ СЛУЧАИ ОДНОВРЕМЕННОГО ЗАРАЖЕНИЯ КОРОНАВИРУСОМ И ГРИППОМ?

Случаи одновременного выявления коронавируса SARS-CoV-2 и гриппа известны ученым почти с самого начала пандемии. Их регистрировали в разных странах, в том числе и в России. Одним из первых таких случаев был зарегистрирован среди заболевших COVID-19 жителей Нью-Йорка в марте-апреле 2020 года. Также были сообщения и о пациентах с сочетанием этих двух вирусов, выявленных в Российской Федерации: например, в октябре 2021 года в городе Севастополь у заболевшей беременной женщины одновременно обнаружили и вирус гриппа, и SARS-CoV-2.

3. КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ЧЕЛОВЕК ЗАРАЖЕН ОДНОВРЕМЕННО ГРИППОМ И КОРОНАВИРУСОМ? ЕСТЬ ЛИ КАКИЕ-ТО СПЕЦИФИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ?

Определить одновременное заражение двумя вирусами без лабораторной диагностики непросто. Для гриппа характерно очень быстрое нарастание симптомов: буквально за несколько часов температура тела повышается до 38-39 градусов и более, появляются головная боль, ломота в мышцах. При коронавирусной инфекции признаки заболевания развиваются постепенно. Если через какой-то промежуток времени присоединяется потеря обоняния, меняются вкусовые ощущения, то велика вероятность сочетанной инфекции. Однако, если инфицирование гриппом произошло в инкубационном периоде коронавирусной инфекции, то симптомы могут возникнуть почти одновременно. В случаях заражения вариантом омикрон характерные для COVID-19 жалобы на изменения вкуса и запаха регистрируются редко.

4. КАК МЕНЯ БУДУТ ЛЕЧИТЬ, ЕСЛИ Я ОДНОВРЕМЕННО ЗАБОЛЕЛ COVID-19 И ГРИППОМ?

Правильное лечение может назначить только врач с учётом выраженности симптомов, возраста и особенностей пациента. В любом случае важно как можно быстрее начать лечение, чётко следовать рекомендациям, обращая внимание на дозы и время приёма препаратов. В большинстве случаев при выявлении сопутствующего коронавирусу гриппа не потребуется дополнительных препаратов, поскольку применяемые при COVID-19 противовирусные препараты широкого спектра действия работают против обоих вирусов, а симптоматическая терапия одинакова. Очень важно не забывать про обильное питьё, которое помогает снять интоксикацию. Чтобы уменьшить количество вирусов, находящихся на слизистых оболочках, нужно полоскать горло и промывать нос рекомендуемыми врачом растворами.

5. КТО В ГРУППЕ РИСКА? КАКИЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ РАБОТАЮТ?

Наиболее высокая вероятность заразиться одновременно двумя вирусами у тех, кто не вакцинирован, не пользуется защитными масками при посещении мест большого скопления людей в закрытых помещениях. Наиболее опасны зоны танцпола на концертах, очереди перед кассами, общественный транспорт. Также большой риск заражения есть у педагогов и медработников. На сегодняшний день при своевременной вакцинации и ревакцинации, правильном использовании защитных масок и респираторов, соблюдении социальной дистанции, своевременном мытье рук и использовании дезинфицирующих средств можно снизить риск заражения до минимальных значений.

**Публикуется на основе материалов, предоставленных ФБУН МНИИЭМ им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора*

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

О ПРАВИЛАХ ЗАЩИТЫ ОТ КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь дезинфицирующими средствами с противовирусным действием (спреями, гелями, салфетками). При их использовании обращайте внимание на инструкции по применению!
Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.
Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем, чаще всего при чихании, кашле, разговоре, поэтому рекомендуется находится на некотором расстоянии друг от друга.
Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Через них коронавирус и другие возбудители попадают с рук в организм человека.
Надевайте защитную маску при риске инфицирования или передачи инфекции другому человеку. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать. При отсутствии салфетки прикрыть рот и нос допускается областью локтя. При возможности следует отказаться от поездок и посещений мест скопления людей.

ПРАВИЛО 3. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Медицинская маска – одно из рекомендуемых доступных средств, препятствующих распространению вирусов.
Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:
- при поездках в общественном транспорте, в магазинах, аптеках и торговых центрах, в различных учреждениях и местах скопления людей;
- при уходе за больными;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования любыми инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

Как правильно носить маску?
Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Маску можно надеть на лицо любой стороной. Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:
- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или обработайте спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.
При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

ПРАВИЛО 4. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции.
Соблюдайте здоровый режим дня в соответствии с возрастом и рекомендациями врача. Для работы иммунитета необходим полноценный сон, прогулки или занятия спортом (если нет противопоказаний) на свежем воздухе, потребление пищевых продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными веществами.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРВИ, ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и обращайтесь к врачу.
Строго следуйте предписаниям врача.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

О ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА
В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Роспотребнадзор напоминает, что оптимальное время для проведения вакцинации против гриппа период с сентября по ноябрь.

КАКИЕ ЦЕЛИ ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА?

Главная цель вакцинации против гриппа — защитить людей от массового и неконтролируемого распространения инфекции, от эпидемии гриппа. Важно понимать, что, вакцинируя население, врачи спасают жизни тем, кто рискует умереть от осложнений. В группы риска входят маленькие дети, у которых иммунитет находится в процессе формирования, пожилые люди, также те, кто страдает хроническими заболеваниями, и особенно люди с иммунодефицитными состояниями.

Грипп часто протекает достаточно тяжело, особенно в группах риска, и нередко сопровождается различными осложнениями.

Вирус гриппа распространяется очень быстро. Если большинство людей привито, у меньшинства, тех, кто не привит по тем или иным причинам, шансы заразиться минимальны. И именно для этого создается коллективный иммунитет. Вакцинированное население не дает распространяться вирусу.

ЧТО ВХОДИТ В СОСТАВ ВАКЦИНЫ ПРОТИВ ГРИППА?

Вакцина против гриппа защищает от штаммов вирусов гриппа, которые, по прогнозам эпидемиологов, будут наиболее распространены в предстоящем сезоне. Традиционные вакцины против гриппа («трехвалентные» вакцины) предназначены для защиты от трех вирусов гриппа:
- вируса гриппа А (H1N1),
- вируса гриппа А (H3N2),
- и вируса гриппа В

Существуют также вакцины, предназначенные для защиты от четырех вирусов гриппа («четырехвалентные» вакцины). Они защищают от тех же вирусов, что и трехвалентная вакцина, но дополнительно содержат антигены еще одного вероятного штамма вируса гриппа В.

В сезоне 2022-2023 годов ВОЗ рекомендует включать в состав трехвалентной вакцины следующие штаммы вирусов гриппа: A/H 3N2 - A/ Darwin/9/2021 и В линии Victoria B/Austria/1359417/2021, антиген вируса A(H1N1) pdm09 - A/victoria/2570/2019 остался неизменным, так как с 2009 г. штаммы, подобные пандемическому вирусу 2009 года A(H1N1) pdm09, продолжают активно циркулировать среди населения.

В связи с тем, что в отдельные эпидемические сезоны вирусы гриппа В линии Yamagata начали составлять около половины циркулирующих штаммов вирусов гриппа В, были разработаны четырёхвалентные вакцины, в состав которых стали входить, помимо антигенов вирусов гриппа типа А подтипов A/H1N1 и A/H3N2, вирусы гриппа типа В обеих линий - Victoria или Yamagata. Например, в состав четырёхвалентной вакцины в этом сезоне вошел дополнительно антиген штамма B/Phuket/3073/2013 (линия B/Yamagata)-подобный вирус.

Считается, что такая вакцина надежней защищает от гриппа. Но в этом эпидсезоне прогнозируется доминирование линии Victoria, так что трехвалентные вакцины будут так же эффективны.

ЗАЧЕМ ДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ КАЖДЫЙ ГОД?

Ежегодное проведение прививок объясняется постоянной изменчивостью (мутацией) вирусов гриппа. В связи с этим состав вакцин обновляется по мере необходимости на основании сведений о циркулирующих в Южном полушарии штаммов и прогнозов по их распространению, чтобы иммунитет соответствовал изменяющимся вирусам гриппа.

ТРИ ГОДА НАЗАД МНЕ СДЕЛАЛИ ВАКЦИНУ ПРОТИВ ГРИППА, А В ПРОШЛОМ ГОДУ Я СЕРЬЕЗНО ЗАБОЛЕЛ И МНЕ БЫЛ ПОСТАВЛЕН ДИАГНОЗ ГРИПП. О ЧЕМ ЭТО ГОВОРИТ?

Этот факт подтверждает необходимость проведения вакцинации против гриппа ежегодно. Во-первых, штаммы вирусов меняются очень быстро. Во-вторых – иммунный ответ организма на вакцинацию ослабевает с течением времени. В вашем случае вакцинация трехлетней давности никакой защиты для организма не обеспечивает.

МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ОТ ВАКЦИНЫ?

Заболеть гриппом от вакцины невозможно. Некоторые привитые плохо себя чувствуют некоторое время после вакцинации. Такая реакция встречается не часто, она представляет собой ожидаемый вариант реакции организма на вакцину. Может беспокоить слабость, ломота в мышцах, подъем температуры, боль в месте инъекции. В большинстве случаев эти симптомы отмечаются в течение не более 3 дней после введения препарата, проходят самостоятельно без приёма каких-либо препаратов.

Такая реакция может сигнализировать о том, что организм вступил в борьбу с введенными вирусными частицами и в данный момент происходит выработка антител. Таким образом, иммунная система готовит защиту организма от вирусов гриппа.

ВАЖНО! Даже если вы оказались среди тех, кто прекрасно себя чувствует после введения вакцины, – это не означает, что ваша иммунная система не реагирует или вакцина против гриппа не работает.

ЕСЛИ Я СДЕЛАЮ ПРИВИВКУ ПРОТИВ ГРИППА, ЗАБОЛЕЮ ЛИ Я ГРИППОМ?

Даже если вы заболеете гриппом, будучи привитым против гриппа – вы скорее всего перенесете заболевание в легкой форме, без осложнений и быстро выздоровеете, с этой целью и проводится вакцинация. Вакцина практически исключает тяжелое течение гриппа и летальные исходы. Вакцины против гриппа безопасны.

ЗАЩИТИТЕ ОТ ГРИППА СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru

3 ИМА ПРЕСС

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 1. «ЛОЗУНГИ»

ВАРИАНТ 1

5

ИМА ПРЕСС

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 1. «ЛОЗУНГИ»

ВАРИАНТ 3

ИМА ПРЕСС

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 1. «ЛОЗУНГИ»

ВАРИАНТ 4

ИМА ПРЕСС

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 2. «ИСТОРИЯ»

ВАРИАНТ 2

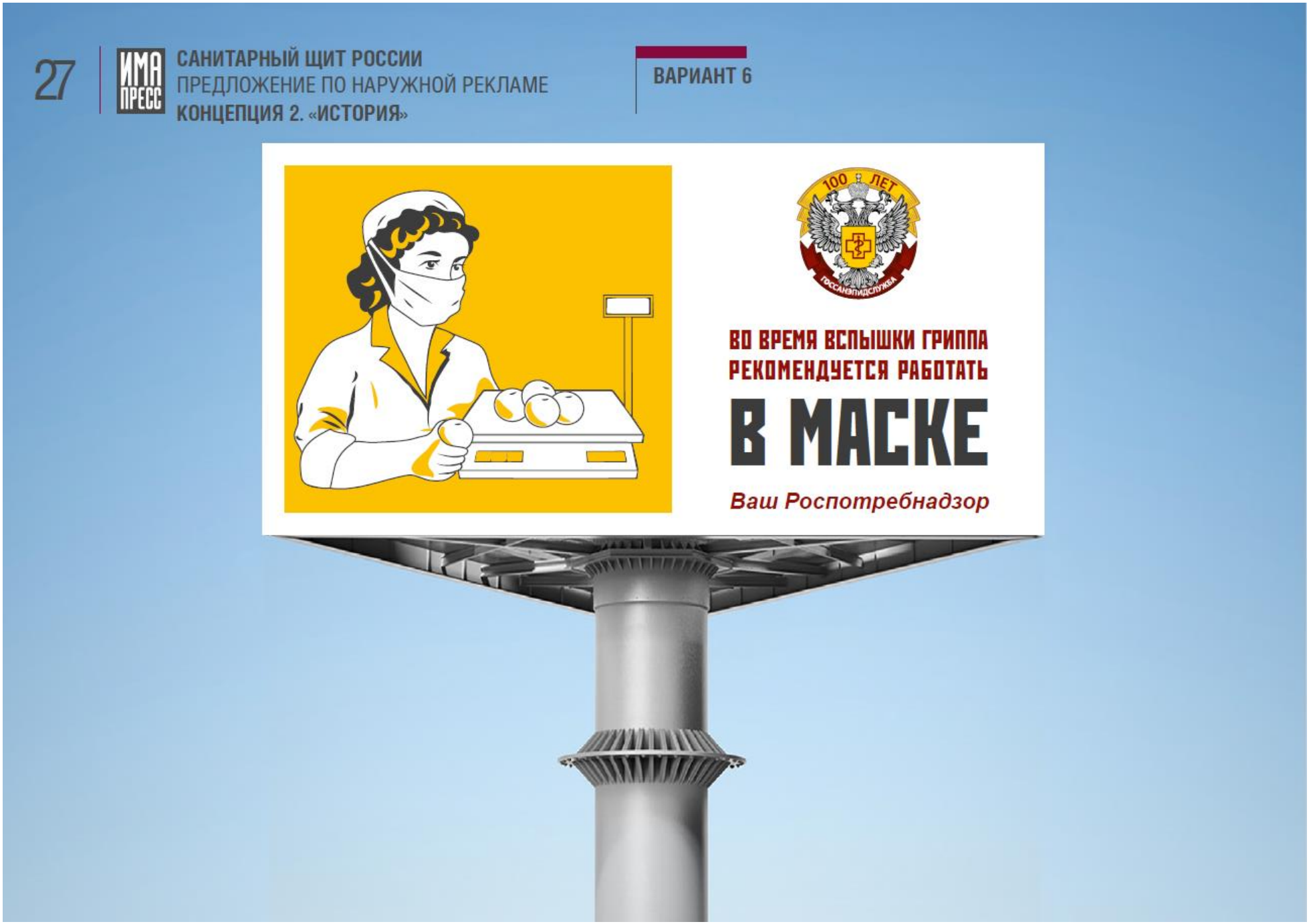
ИМА ПРЕСС

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 2. «ИСТОРИЯ»

ВАРИАНТ 3

САНИТАРНЫЙ ЩИТ РОССИИ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЕ
КОНЦЕПЦИЯ 2. «ИСТОРИЯ»

ВАРИАНТ 5


100 ЛЕТ
ГОССАНЭПИДСЛУЖБА
ВО ВРЕМЯ ВСПЫШКИ ГРИППА
РЕКОМЕНДУЕТСЯ РАБОТАТЬ
В МАСКЕ
Ваш Роспотребнадзор

Делайте
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРИВИВКИ
100 ЛЕТ
Ваш Роспотребнадзор

КАК СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ

✓ Придерживайтесь здорового образа жизни:

- рациональное питание,
- физическая активность,
- отказ от вредных привычек,
- полноценный сон

✓ Соблюдайте гигиену рук:

- чаще мойте руки водой с мылом,
- используйте средство для дезинфекции рук,
- одноразовые полотенца.

✓ Избегайте близкого контакта с людьми, у которых проявляются симптомы простуды

✓ Делайте прививки в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве»

ПРОФИЛАКТИКА ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫХ ИНФЕКЦИЙ

ПАМЯТКА ДЛЯ ВОЛОНТЕРОВ

Москва
2017

ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫЕ ИНФЕКЦИИ

- группа острых воспалительных заболеваний с преимущественным поражением верхних дыхательных путей.

К воздушно-капельным инфекциям относят:

ОРВИ
Грипп
Ветряная оспа
Корь
Дифтерия
Менингококковая инфекция
Эпидемический паротит (свинка)
Краснуха
Скарлатина

Источники инфекции:

- больной с выраженной формой заболевания
- больной стертой формой заболевания (слабо выражены клинические проявления)
- бактерионоситель (человек без клинических проявлений болезни)

Общие признаки:

- воздушно-капельный механизм заражения (при кашле, чихании, разговоре)
- широкая распространенность заболеваний вне зависимости от возраста и пола
- возможны эпидемии

Характерные симптомы

➢ Повышение температуры, озноб

➢ Головные боли

➢ Общая слабость

➢ Заложенность и/или обильное выделение из носа

➢ Кашель, затруднение дыхания

➢ При таких воздушно-капельных инфекциях, как корь, краснуха, ветряная оспа, характерны кожные проявления (сыпь).

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ:

Обнаружили признаки болезни у себя:

- Оставайтесь дома, не подвергайте риску заражения других людей.
- Как можно скорее обратитесь за медицинской помощью

Заметили их у окружающих:

- Изолируйте заболевших от здоровых людей и оградите контакты до минимума
- Вызовите врача

- Используйте защитные маски