

Памятка о мерах профилактики гриппа, ОРВИ и новой коронавирусной инфекции (COVID-19)

Грипп, ОРВИ, новая коронавирусная инфекция (COVID-19) – острые респираторные вирусные инфекции, которые имеют всемирное распространение, поражают все возрастные группы людей.

Вирусы передаются от больного человека к здоровому в основном воздушно - капельным путем (при чихании, кашле). Все три заболевания схожи и вызывают у человека острые респираторные заболевания с аналогичными симптомами (высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, слезотечение и резь в глазах, в некоторых случаях - тошнота, рвота, диарея). Одним из наиболее частых осложнений является пневмония, которая может сопровождаться дыхательной недостаточностью различной степенью тяжести.

Наиболее подвержены заболеванию лица старше 65 лет, страдающие хроническими заболеваниями (сахарным диабетом, заболеваниями бронхо-легочной системы, сердечно-сосудистыми заболеваниями), лица с ослабленным иммунитетом, беременные женщины.

Самое эффективное средство в профилактике гриппа – вакцинация. В вакцинации нуждается каждый человек, заботящийся о своем здоровье и здоровье окружающих. Своевременная вакцинация снижает заболеваемость гриппом в несколько раз, смягчает течение болезни, сокращает ее длительность, предотвращает осложнения. Прививку от гриппа лучше всего делать до эпидемиологического периода.

Меры неспецифической профилактики острых вирусных респираторных заболеваний позволяют значительно снизить риски заболевания и предупредить распространения вирусной инфекции:

- Часто мойте руки с мылом
- Соблюдайте расстояние и этикет
- Ведите здоровый образ жизни
- Защищайте органы дыхания с помощью медицинской маски

КАКОВЫ ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ГРИППА ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

Повышение температуры тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, может быть кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

Могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея, боли в животе, а также другие проявления.

КАКИЕ МОГУТ БЫТЬ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной комплексной терапии, в том числе нередко респираторной поддержки кислородом и вентиляции лёгких.

Быстро начатое правильное лечение сокращает продолжительность болезни и приостанавливает развитие осложнений.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ОРВИ, ГРИППОМ ИЛИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1,5 метров от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской, в крайнем случае - другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).

Ухаживать за больным должен только один член семьи. Выделите больному отдельную посуду, тщательно мойте и дезинфицируйте её после каждого использования. Для дезинфекции посуды следует применять моющие средства или горячую воду.

COVID-19**ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ
МЕЖДУ СИМПТОМАМИ
КОРОНАВИРУСА COVID-19,
ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА**

РОСПОТРЕБНАДЗОР

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

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	ГРИПП
Повышенная температура	часто	редко	часто
Усталость	иногда	иногда	часто
Кашель	часто (сухой)	незначительный	часто (сухой)
Чихание	нет	часто	нет
Боль в суставах	иногда	часто	часто
Насморк	редко	часто	иногда
Боль в горле	иногда	часто	иногда
Диарея	редко	нет	иногда (у детей)
Головная боль	иногда	редко	часто
Одышка	иногда	нет	нет