Министерство здравоохранения Нижегородской области

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

«Детская городская больница № 25 Автозаводского района

г. Нижнего Новгорода»

**Профилактика - прежде всего!**

Наступила осень, а с ней возвращается сезон простуды и гриппа.

Современные вакцины надёжно защищают здоровье детей от многих серьёзных инфекций, особенно опасных в детстве

Прививка – самый надежный и практически единственный способ ослабить течение инфекционного заболевания и предотвратить его осложнения. Вакцина содержит инактивированные микроорганизмы, которые стимулируют выработку антител, «обученных» бороться с конкретным вирусом. После прививки попадание инфекции в организм вызывает быструю реакцию иммунной системы, и болезнетворные микроорганизмы уничтожаются, не успев размножиться в необходимых для развития болезни количествах. Срок выработки иммунного отклика на соответствующие штаммы вируса гриппа составляет около двух недель.

Обязательная вакцинация против гриппа проводится:

* детям с 6 месяцев,
* учащимся 1—11 классов;
* обучающимся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования;

работникам медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы; беременным женщинам;

взрослым старше 60 лет;

* лицам, подлежащим призыву на военную службу;
* лицам с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.

Групповая вакцинация позволяет значительно снизить риск развития эпидемии: согласно исследованиям медиков, если 80-85% коллектива вакцинировано, то инфекция не распространяется.

Кроме вакцинации необходимо соблюдать правила личной гигиены:

* после посещения массовых мероприятий, после улицы и общественного транспорта тщательно мойте руки с мылом;
* прикрывайте рот и нос салфеткой или платком при кашле и чихании;
* регулярно проводите влажную уборку помещений и проветривание;
* употребляйте продукты, содержащие витамин С (клюква, брусника, лимон);
* пользуйтесь маской в местах скопления людей и при уходе за больным гриппом или ОРВИ;
* при наличии симптомов заболевания – оставайтесь дома и вызывайте врача. Не отправляйте детей с признаками респираторных инфекций в организованные детские коллективы.

**Примите правильное решение в отношении иммунизации вашего ребенка.**

**Вакцинация от гриппа – простой способ сохранения здоровья!**