

В сезон 2018-2019гг. согласно прогнозу Национального центра по гриппу ВОЗ в России ожидается большая активность вирусов гриппа А(Н1N1)рdm09 и гриппа В. Это может привести к развитию эпидемического подъема с широким вовлечением не только детского населения, но и взрослых активного трудоспособного возраста. Как показывает практика, у непривитых заболевание гриппом часто осложняется развитием пневмонии.



В преддверии очередного эпидсезона по гриппу и ОРВИ Управление Роспотребнадзора по Липецкой области напоминает, что наиболее эффективный способ профилактики гриппа - это вакцинация.

Анализ эпидемических подъемов заболеваемости гриппом в предыдущие сезоны показал, что:

- *прививка против гриппа снижает риск заражения – заболеваемость гриппом привитых была в 9 раз ниже, чем непривитых, в том числе среди детей – в 25 раз;*
- *вакцинация снижает риск летального исхода - все случаи смерти от гриппа были зарегистрированы только у непривитых;*
- *современные инактивированные вакцины безопасны для беременных и высокоэффективны: в 2015-2017гг. было привито против гриппа более 6000 беременных женщин – ни у одной из них не отмечено нежелательных явлений после вакцинации, и ни одна не заболела гриппом.*

Вакцинация против гриппа проводится в соответствии федеральным законом №157-ФЗ от 17.09.1998 г. «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» и приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации № 125н от 21 марта 2014 года «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям». В предэпидемический период вакцинации за счет средств федерального бюджета подлежат лица из групп риска: дети с 6 месяцев, учащиеся 1 - 11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; взрослые, работающие по

отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы); беременные женщины; взрослые старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.

Последствия гриппа измеряются не только ущербом для здоровья, утратой жизни, но и экономическими потерями, складывающимися из затрат на приобретение лекарственных препаратов, ущерба предприятиям (работодателям) вследствие невыхода сотрудника на работу, снижения производительности труда.

Управление Роспотребнадзора по Липецкой области рекомендует руководителям предприятий (учреждений), чьи сотрудники не относятся к группам риска, определенных Национальным календарем профилактических прививок, обеспечить закупку противогриппозных вакцин и иммунизацию против гриппа работников за счет средств предприятия. Договор на медицинские услуги по вакцинации работников предприятия может быть заключен с любой медицинской организацией области, имеющей лицензию на медицинскую деятельность, включающую проведение иммунопрофилактики.

Ответы на наиболее часто задаваемые вопросы помогут сделать выбор в пользу вакцинации против гриппа.

- **В каком возрасте можно делать прививку?**

Вакцинация инактивированными гриппозными вакцинами разрешена детям 6 месяцев (живыми гриппозными вакцинами – детям с 3х лет), взрослым – без ограничения возраста.

- **Какие противопоказания вакцинации против гриппа?**

- Аллергические реакции на куриный белок и другие компоненты вакцины, сильные аллергические реакции или поствакцинальные осложнения на предыдущее введение вакцины.

- Хронические заболевания в стадии обострения или острые инфекционные заболевания, сопровождающиеся подъемом температуры тела.

- **Почему прививка в детском возрасте так важна?**

Каждого ребенка ежедневно окружает семья, сверстники, учителя и воспитатели, что делает чрезвычайно высоким риск заражения гриппом и распространения инфекции. Вакцинация защитит не только самого ребенка, но и широкий круг людей вокруг него.

- **Какой вакциной лучше привиться – российской или импортной?**

Все используемые в России вакцины лицензированы, содержат одинаковый набор вирусов, безопасны и эффективны. В соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по составу вакцин для Северного полушария на сезон 2018-2019 гг. набор штаммов изменен (во всех вакцинах текущего сезона заменены 2 штамма вируса). Трехвалентные вакцины содержат гемагглютинины вирусов гриппа: А/Мичиган/45/2015(Н1N1)pdm09; А/Сингапур/INFIMH-16-0019/2016(Н3N2); В/Колорадо/06/2017(линия В/Виктория). Четырехвалентные вакцины, в т.ч. новая вакцина российского производства «Гриппол Квадривалент», дополнительно содержат гемагглютинин вируса гриппа В линии Ямагата: В/Пхукет/3073/2013.

- **Как быстро начинает «работать» вакцина и как долго защищает?**

Иммунный ответ на прививку формируется в течение 2-3 недель и обеспечивает защиту в течение года.

- **Можно ли привиться самостоятельно?**

Вакцинация должна проводиться только медицинским работником. В день прививки обязателен медицинский осмотр и термометрия. Вакцинированный должен находиться под медицинским наблюдением в течение 30 минут после введения вакцины.

Вакцинация беременных от гриппа безопасна и эффективна.

Беременные женщины и женщины после родов имеют наиболее высокий риск тяжелых форм заболевания гриппом с последующим развитием осложнений вплоть до летального исхода. В качестве наиболее эффективной меры защиты от гриппа беременным и женщинам, планирующих беременность в текущий эпидемический сезон, как отечественными, так и зарубежными врачами и учеными настоятельно рекомендуется вакцинация инактивированными противогриппозными вакцинами. Вакцина сохраняет свое действие в течение всей беременности. Кроме того, постпрививочные антитела от матери передаются ребенку и защищают его в первые месяцы жизни (как раз в этот период младенцев еще не прививают от гриппа, так как противогриппозная вакцина разрешена к применению только с 6-месячного возраста).

Вакцинация беременных против гриппа более 20 лет планомерно проводится в ряде стран Европы и Америки. Специальные исследования, проведенные в США, в

которых приняли участие более 2000 женщин, показали, что иммунизация беременных современными инактивированными вакцинами не влияет на развитие плода и не вызывает нежелательных поствакцинальных эффектов. Имеются данные, что среди младенцев, рождённых матерями, вакцинированными против гриппа во время беременности на 50-63% снижает заболеваемость гриппом детей первых 6 месяцев жизни за счет пассивного переноса антител против гриппа от матери к плоду.

В соответствии с Национальным календарем профилактических прививок в Российской Федерации вакцинация беременных против гриппа проводится за счет средств федерального бюджета инактивированными вакцинами отечественного производства во втором и третьем триместре беременности*.

В Липецкой области вакцинация данной группы риска уже неоднократно доказала свою эффективность и безопасность: в 2015-2017 гг. против гриппа было привито более 6000 беременных, ни у одной из них не было зарегистрировано поствакцинальных осложнений и случаев заболевания гриппом (лабораторно подтвержденным).

Управление Роспотребнадзора по Липецкой области настоятельно рекомендует будущим мамам сделать прививку,

чтобы защитить от гриппа себя и ребенка!

**Решение о вакцинации беременных и кормящих грудью принимается врачом индивидуально с учетом особенности здоровья беременной женщины. Временным противопоказанием для вакцинации являются острые инфекционные заболевания и обострения хронических заболеваний, постоянное притивопоказание - аллергия на куриный белок.*

Грипп –

- *острая вирусная инфекция,*
- *легко передается от человека к человеку,*
- *может вызывать тяжелые заболевания, приводящие к смерти,*
- *наиболее опасен в плане развития неблагоприятного исхода заболевания для таких групп населения как: дети, пожилые, беременные, лица с хроническими заболеваниями, особенно с заболеваниями бронхо-легочной, сердечно-сосудистой, эндокринной систем, метаболическими нарушениями и ожирением.*

Что следует знать и делать в течение сезонного подъема заболеваемости гриппом и другими ОРВИ, если Ваш возраст 60 лет и старше

- 1. Ежегодно делать прививку против гриппа в осенний период года.**

Люди в возрасте старше 60 лет подвержены значительному риску развития серьезных осложнений гриппа. Это связано с тем, что с возрастом развиваются хронические заболевания сердечно-сосудистой, бронхо-легочной, эндокринной и

других систем, а иммунная защита человека с возрастом ослабевает. **Лучший способ профилактики гриппа – прививка.** Людям в возрасте 60 лет и старше вакцинация против сезонного гриппа жизненно необходима, выполняется в рамках национального календаря профилактических прививок в государственных медицинских организациях **бесплатно**.

2. **Принимать стандартные профилактические меры** - избегать контакта с людьми, больными гриппом и ОРВИ; при посещении мест массового скопления людей использовать средства индивидуальной защиты органов дыхания (маски); прикрывать рот и нос салфеткой при кашле, чихании; часто мыть руки.
3. **Немедленно обращаться за медицинской помощью** при развитии симптомов гриппоподобного заболевания в целях своевременного начала адекватного лечения, не допускать самолечения. Симптомы гриппа чаще всего включают: лихорадку (в редких случаях грипп может протекать без подъема температуры тела), кашель, боль в горле, заложенность носа (жжение в носовой полости в первые часы заболевания), боль в мышцах, головную боль (чаще за глазными яблоками), озноб, чувство усталости. У некоторых людей при гриппе А(Н1N1)2009 может быть также рвота и диарея. Появление таких симптомов как спутанность сознания, боли или чувство тяжести в груди или животе, присоединение одышки требуют вызова неотложной медицинской помощи.

Об использовании масок

в сезон подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом

Как известно, респираторные вирусы, в том числе и вирусы гриппа, чаще всего передаются от человека к человеку воздушно-капельным путем: через капли, выделяемые из дыхательных путей при речи, кашле и чихании.

Любой человек, находящийся около больного с симптомами респираторной инфекции (чихание, кашель, насморк, озноб или жар и др.), рискует заразиться после вдыхания инфицированных капель из дыхательных путей больного. Поэтому среди средств неспецифической профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Маски могут иметь разную конструкцию, в зависимости от которой варьируется время использования и степень обеспечиваемой маской защиты. При необходимости маску можно изготовить и в домашних условиях. Простые одноразовые лицевые маски, а также маски-самоделки можно использовать не дольше 3 часов. Нельзя все время носить одну и ту же маску (даже маски многократного применения повторно используются только после обработки), иначе возникает опасность самозаражения.

Чтобы обезопасить себя от инфицирования важно правильно носить маску:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;

- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;

- не использовать повторно 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.

Маска уместна если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным. Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать нецелесообразно.

Однако, следует помнить, что применение маски не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме маски необходимо соблюдать и другие профилактические меры.

- **Где можно сделать прививку?**

Привиться можно в государственных медицинских организациях по месту жительства, работы или учебы, а также в негосударственных медицинских организациях, имеющих лицензию на выполнение работ (услуг) по вакцинации.

Сделайте прививку и живите долго и счастливо!