

## **Вакцинация как самый надежный способ защиты от гриппа.**

Сегодня иммунизация населения против гриппа крайне важна для населения.

Первое, что нужно знать, - вирус гриппа постоянно мутирует. Из-за этой особенности ученым постоянно приходится следить за появлением новых штаммов вируса и разрабатывать новые вакцины либо дорабатывать предыдущие.

Таким образом, человек, который ежегодно прививается, получает обновленную защиту.

Необходимо отметить, что заболевание гриппом возможно и после получения прививки. Однако в этом случае болезнь будет протекать в более легкой форме, риск возникновения осложнений будет существенно снижен, а процесс выздоровления пройдет быстрее и вы вернетесь к прежнему образу жизни.

Вакцинации против гриппа в первую очередь подлежат лица, относящиеся к категории высокого риска заболевания гриппом, к ним относятся:

- лица старше 60 лет;
- лица, страдающие хроническими заболеваниями эндокринной системы, сердечно-сосудистой и легочной систем, хроническими заболеваниями печени и почек;
- беременные женщины;
- лица, часто болеющие ОРВИ;
- дети старше 6 месяцев, дети, посещающие ДООУ и школьники;
- медицинские работники;
- работники сферы обслуживания, транспорта, торговли, учебных заведений;
- военнослужащие.

Оптимальный период вакцинации сентябрь-октябрь.

Необходимо придерживаться здорового образа жизни (сон, здоровая пища, прогулки на свежем воздухе, физическая активность), пить больше жидкости; принимать витамин С (он содержится в клюкве, бруснике, лимонах); регулярно проветривать и увлажнять воздух в помещении, в котором находитесь; избегать мест массового скопления людей, использовать маску, посещая места скопления людей;

Вакцина против гриппа – убитая, это инактивированный иммунобиологический высокоочищенный препарат, хорошо переносится детьми и взрослыми. Иммунизация против гриппа бесплатная, привиться можно по месту работы или в поликлиниках города.

**Сделайте прививку против гриппа, защити себя и своих близких!**

**Номера телефонов «Горячей линии» 8 815 36 7 17 19, 8 815 36 7 17 26**

# **ВАКЦИНАЦИЯ П ГРИППА**

