

Эффективность вакцины от гриппа несравненно выше всех **неспецифических медицинских препаратов: она обеспечивает защиту от тех видов вируса** гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемическом сезоне и входят в её состав. Профилактическая вакцинация является экономически оправданной, так как позволяет снизить заболеваемость гриппом среди трудоспособного населения.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими соматическими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска - медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Следует помнить, что для создания поствакцинального иммунитета организму нужно 2-3 недели. Противопоказаний к вакцинации немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку.

Управление Роспотребнадзора рекомендует:

- *Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.*
- *Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте, пользуйтесь маской.*
- *Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например: чихают или кашляют.*
- *Регулярно тщательно мойте руки с мылом, промывайте полость носа особенно после улицы и общественного транспорта.*

- *Регулярно проветривайте помещение. делайте влажную уборку, увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.*
- *Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).*
- *Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.*
- *По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.*
- *В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе - начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).*
- *Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.*
-

Ситуация по заболеваемости респираторными инфекциями и ходе прививочной кампании находится на контроле Управления Роспотребнадзора.