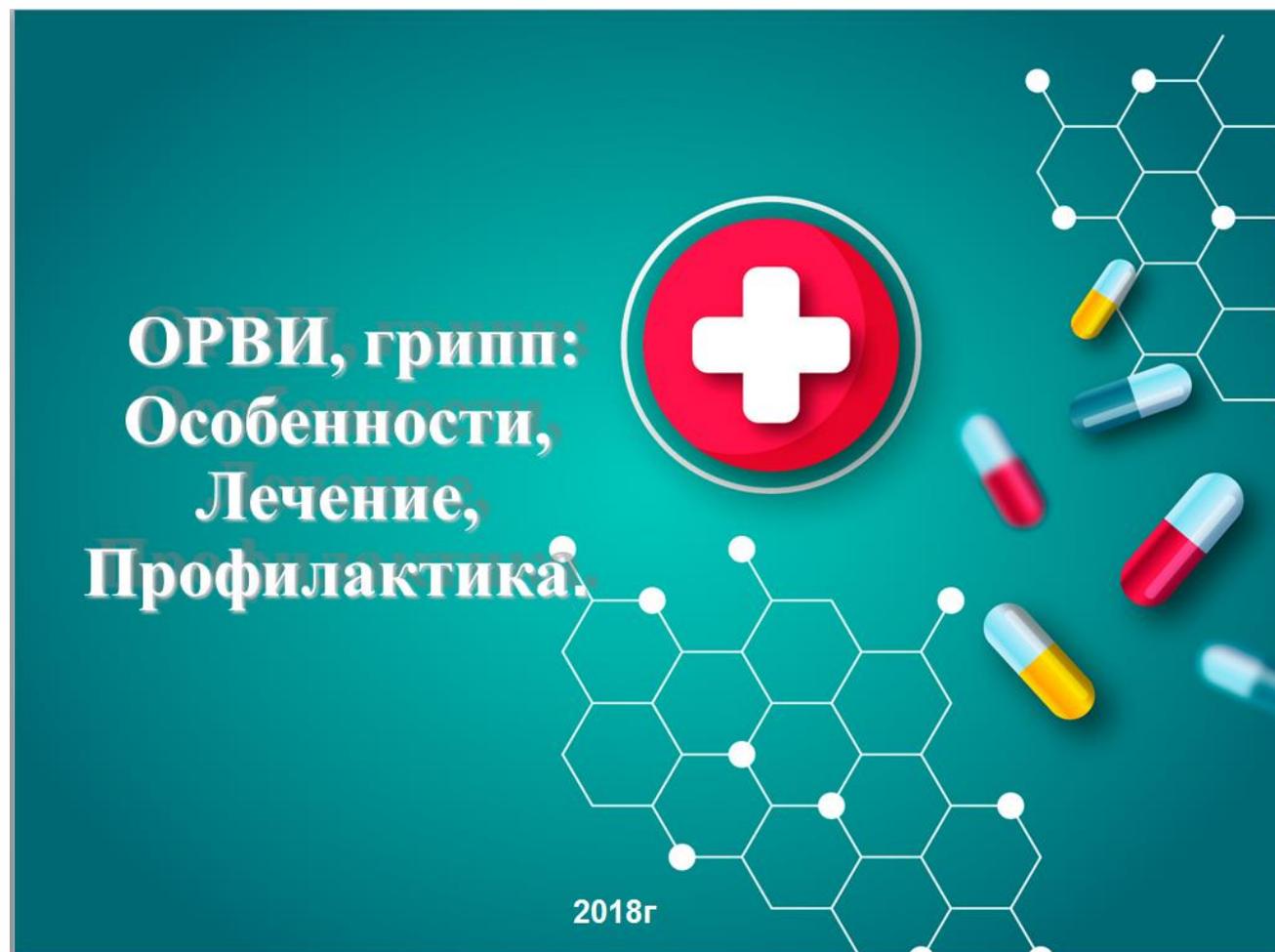


Ссылка для скачивания материалов респотребнадзора по гриппу

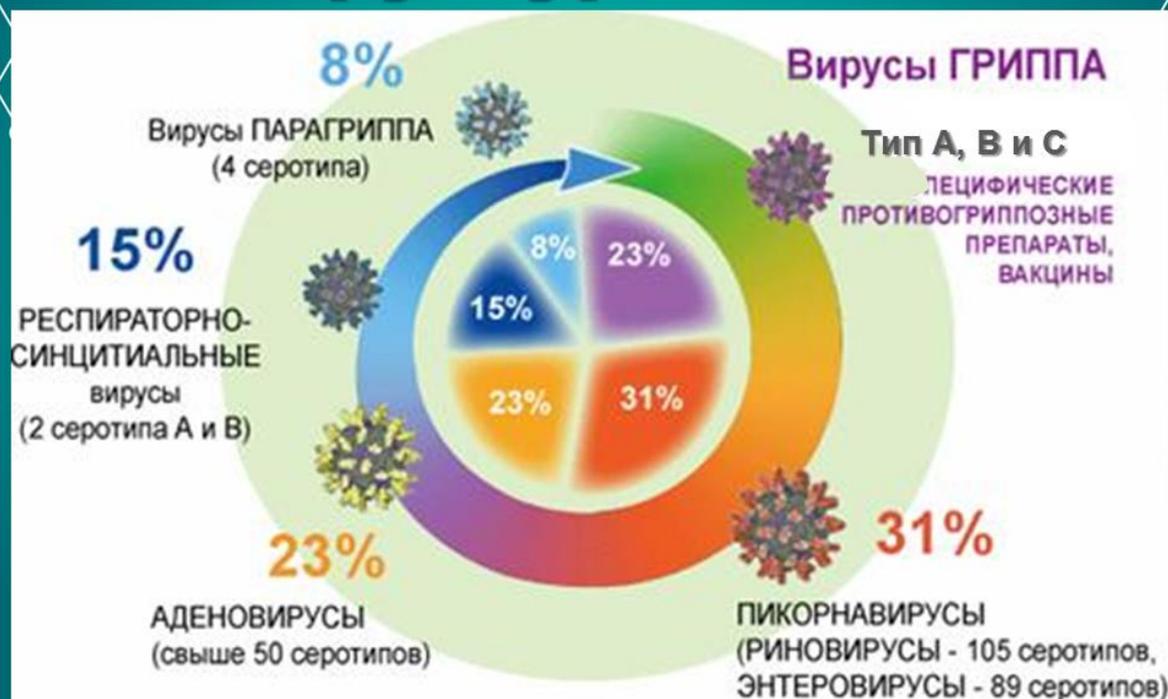
<https://drive.google.com/drive/folders/1vZxE23fCc1PLdtfAWt7qr4egpaslQuVw>



ОРВИ – это не только грипп

- Среди всей группы инфекционных заболеваний на долю ОРВИ приходится около 90%.
- Высокая частота заболеваний объясняется большим спектром возбудителей (**аденовирусы, риновирусы, вирусы гриппа/парагриппа, коронавирусы и др.**) и способом передачи (воздушно-капельный путь).
- Наиболее тяжело из группы ОРВИ протекает **грипп**, при котором сохраняется высокий риск развития тяжелых осложнений.

Этиологическая структура ОРВИ



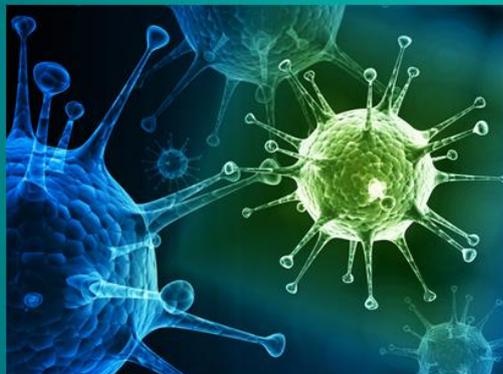
Грипп - наиболее опасное вирусное заболевание из всех ОРВИ

- ОРВИ (острые респираторные вирусные инфекции) – это группа заболеваний, которые вызывают различные вирусы: аденовирус, риновирус, парагрипп и др.
- Грипп протекает тяжелее и чаще дает осложнения, чем другие ОРВИ.
- Пик заболеваемости - осеннее-зимний период.
- Источник заражения - больной человек.
- Человек максимально заразен в первые дни заболевания, когда вирус с каплями слизи во время чихания и кашля выделяется во внешнюю среду.
- Путь передачи: 1)воздушно-капельный – поэтому важно носить маску для предотвращения заражения.
2)через предметы, на которых остались вирусные частица после кашля и чихания – поэтому важно проводить проветривание и влажную уборку.
- Грипп может протекать тяжело и представлять угрозу жизни!
- Важно не заниматься самолечением, обратиться к врачу и выполнять все назначения. Тогда с большой вероятностью заболевание пройдет без осложнений.

Группы риска развития тяжелого гриппа и его осложнений

1. Дети до 5 лет (особенно - дети до 2 лет),
2. Беременные женщины.
3. Люди старше 65 лет.
4. Люди с избыточным весом.
5. Больные сахарным диабетом.
6. Больные хроническими сердечно сосудистые заболеваниями.
7. Больные хроническими заболеваниями легких.
8. Люди с другими тяжелыми хроническими заболеваниями.

Профессиональные группы риска развития тяжелого гриппа и его осложнений



1. Медицинские работники.
2. Учителя и воспитатели.
3. Работники торговли.
4. Водители общественного транспорта.

Варианты гриппа

- Грипп может быть вызван сезонным вирусом (протекает менее тяжело),
или высокопатогенным вирусом гриппа типа А Н1/Н1 (свиной грипп) – как это было во время пандемии 2009-2010гг.
- Симптомы сезонного гриппа и высокопатогенного гриппа А Н1/Н1 в большинстве случаев сходны.
- Высокопатогенный грипп протекает с более тяжелой интоксикацией, чаще дает осложнения со стороны различных органов и систем организма, и может привести к смертельному исходу.

Симптомы гриппа

- Симптомы сезонного гриппа и высокопатогенного гриппа А Н1/Н1 в большинстве случаев сходны.
- В случае гриппа А Н1/Н1 симптомы более выражены, чаще развиваются осложнения, в том числе поражение нижних дыхательных путей с развитием пневмонии.



Симптомы высокопатогенного гриппа

- *Острое начало.* Тяжелая интоксикация:
 - Высокая температура, иногда 39 и выше, плохо поддается снижению, держится более 2-х суток
 - Слабость, недомогание, озноб
 - Головная боль и боль в глазных яблоках
 - Кашель с первых дней болезни



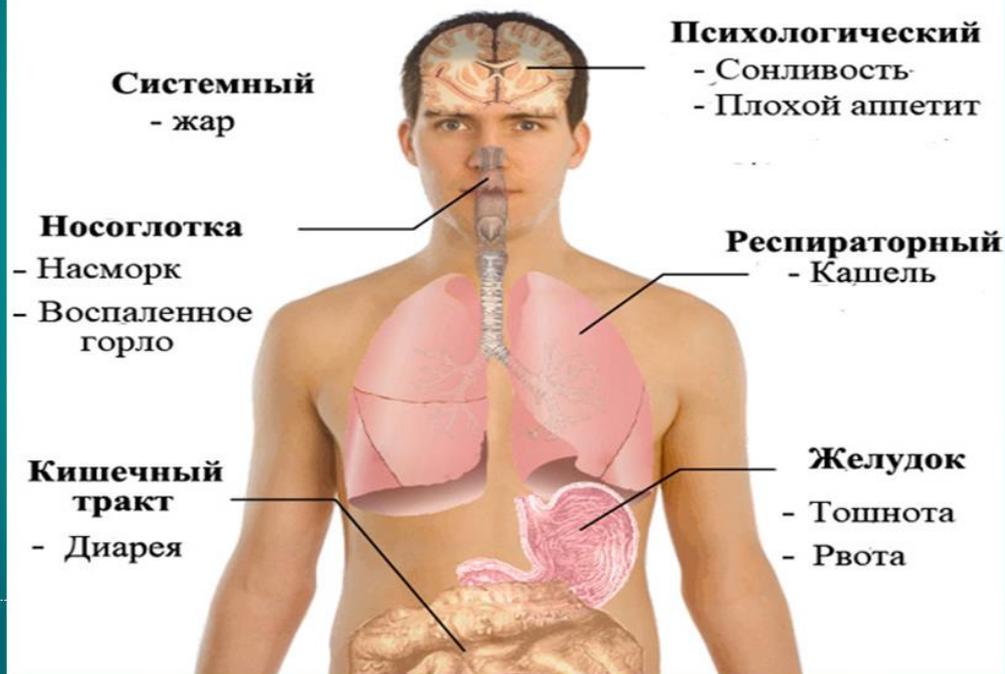
Симптомы высокопатогенного гриппа

- Суставные и мышечные боли
- Рвота и диарея
- Насморк и гиперемия слизистой носа и ротоглотки выражены умеренно
- Одышка с первых дней болезни
- Ощущение «сдавления легких» – больные жалуются на сильную боль за грудиной, невозможность сделать глубокий вдох и выдох.
- Конъюнктивит, светобоязнь



Симптомы гриппа

Симптомы Свиного гриппа



Тревожные симптомы у взрослых и детей

- **Тревожные симптомы у взрослых, при которых, следует немедленно обратиться к врачу:**
- Затрудненное дыхание или боли в груди, одышка
- Цианоз (посинение) кожи или слизистых
- Высокая температура на протяжении более 3-х дней
- Низкое артериальное давление
- Неукротимая рвота, диарея
- Признаки обезвоживания (головокружение при вставании, отсутствие мочеиспускания)
- Изменение психического состояния
- Судороги, конвульсии
- Заторможенность
- **Тревожные симптомы у детей, при которых родители должны немедленно обратиться за медицинской помощью:**
- Частое или затрудненное дыхание
- Цианоз кожи
- Отказ от питья
- Рвота
- Сонливость
- Повышенная возбудимость
- Некоторое временное облегчение состояния, с последующим возвратом основных симптомов (температура, кашель)

Что делать если Вы заболели

- При появлении первых признаков гриппа нужно срочно обратиться к врачу (вызвать врача на дом).
- Для предупреждения заражения близких нужно одеть одноразовую маску.
- Соблюдать постельный режим в течение всего лихорадочного периода.



Лечение – что самое важное

- При лечении гриппа обязательным является назначение ПРОТИВОВИРУСНЫХ препаратов.
- Гомеопатические средства используются ТОЛЬКО ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ.
- В случае повышения температуры тела выше отметки 38 градусов, больному дают жаропонижающие средства на основе Парацетамола согласно возрасту пациента.
- Аспирин при гриппе ПРОТИВОПОКАЗАН!

Лечение назначает врач!

Уход за больным гриппом и ОРВИ

- Обязательно осуществлять проветривание. Температуру воздуха в помещении необходимо поддерживать на уровне 20–21 градусов.
- Дополнительно для снижения температуры тела подходят обтирания пациента полотенцем смоченным водой комнатной температуры.
- Процесс снижения температуры тела сопровождается обильным потоотделением. Поэтому нужно вовремя переодеть больного в сухое чистое белье и одежду.



Питьевой режим при гриппе и ОРВИ

- ВАЖНО!
- Высокая лихорадка сопровождается потерей организмом жидкости и солей, что может послужить причиной различных осложнений
- Для восстановления водно-солевого баланса необходимо обильное питье (до 2,5 л/сутки), для чего используется щелочная минеральная негазированная вода, теплая вода с добавлением мёда, травяные чаи (если нет аллергии) на основе липы, ромашки, шалфея, чабреца, чай с малиной/смородиной, отвар шиповника, клюквенный/брусничный морс, настой имбиря и мёда, компот.

Питание при гриппе и ОРВИ

- Рацион питания предусматривает исключение жирных, острых, копчёных и жареных продуктов, а также пищи, раздражающей слизистую оболочку — маринадов, кислых продуктов, алкогольных напитков, специй, крепких бульонов, лука, редьки, редиса, кофе, шоколада.
- Больным показано употребление нежирных отварных мясных продуктов, нежирного теплого куриного бульона, кисломолочных продуктов, кисло-сладких фруктовых соков, разбавленных водой.
- Питание при простудных заболеваниях должно быть дробным, 5-6 раз в день не допуская переедания
- Основную часть рациона больной должен употреблять в период снижения температуры.

Дома больной гриппом или ОРВИ

- Для уменьшения риска передачи инфекции другим людям, нужно исключить контакты пациента с окружающими, особенно с пожилыми членами семьи и детьми до 5 лет. Желательно, чтобы пациент находился в отдельном помещении и питался из отдельной посуды.
- Человеку, который осуществляет уход, нужно носить многослойную марлевую повязку или одноразовую маску и менять ее каждые 3 часа.
- Влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую.
- Закончив уход за больным, маску необходимо немедленно снять, выбросить и вымыть руки.
- Избегайте повторного использования масок, так как они могут стать источником инфицирования!
- Обязательно проводить влажную уборку в помещении, где находится больной



Профилактика ОРВИ и гриппа

Когда начинается сезон повышения заболеваемости ОРВИ, гриппом необходимы профилактические меры, которые помогут не заболеть:

1. Не посещать места большого скопления людей – театры, дискотеки, киноцентры, торговые центры и тому подобное лучше исключить из своего распорядка.
2. После посещения различных учреждений, пребывания на улице и в общественном транспорте вымойте руки с мылом, при себе обязательно имейте специальные дезинфицирующие салфетки – ими можно протирать руки и лицо.



3. Как можно чаще в течение дня промывайте нос солевым раствором или спреями с морской водой.



4. Перед тем, как покинуть дом и отправиться на работу или в любое другое место смажьте ноздри (непосредственный вход в нос) оксолиновой мазью – вирусам будет обеспечена преграда.

5. Медицинская маска поможет снизить риск заражения вирусной инфекцией. Обязательно надевайте маску в транспорте, магазинах, в поликлинике, на работе - в закрытом помещении, где много людей.



6. Дом или рабочее помещение нужно ежедневно проветривать, причем на каждую процедуру должно приходиться не менее 15 минут. Запомните – грипп распространяется только в теплом и сухом помещении, он боится холода и сырости.

Профилактика ОРВИ и гриппа

7. Здоровый образ жизни, в том числе сон, правильное питание, прогулки на свежем воздухе, физическая активность – все это поможет избежать болезни!



ВАЖНО!



Независимо от того, какой у Вас грипп – грипп А(Н1N1) или сезонный грипп, Вам следует оставаться дома и не ходить на работу до тех пор, пока сохраняются симптомы заболевания. Эта мера предосторожности поможет Вам избежать осложнений и защитит Ваших коллег по работе и окружающих.

Специфической профилактикой является вакцинация.

Прививка – главное средство по предотвращению гриппа. Вакцинация должна проводиться как минимум за 1 месяц до предполагаемого срока эпидемии. Обычно вакцинируют в октябре-ноябре.

После вакцинации формируется иммунитет к вирусу гриппа, благодаря которому человек либо совсем не заболеет, либо будет болеть в легкой форме без осложнений. Вакцинация не дает 100% защиты от свиного гриппа, но снижает тяжесть заболевания. Эффективность прививки зависит от иммунитета конкретного человека.

Вакцинация должна проводиться ежегодно!

**ЗАЩИТИСЬ
от ГРИППА**

Сделай прививку.



Профилактика:

Не посещать места массового скопления людей (магазины, общественный транспорт и т.п.)



При контакте с больным членом семьи пользоваться марлевой маской



Соблюдать правила личной гигиены. Тщательно и часто мыть руки



Придерживаться здорового образа жизни, включая закаливание



Чаще бывать на свежем воздухе, проводить влажные уборки и проветривание помещений



При чихании и кашле использовать одноразовый носовой платок



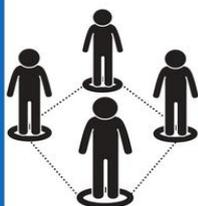
ВАКЦИНАЦИЯ.
Перед вакцинацией обязательно проконсультироваться с врачом во избежание побочных реакций



Рацион: свежие фрукты и овощи, репчатый лук, чеснок, цитрусовые



ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА?



ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- Один заболевший может заразить до 40 здоровых людей.
- Максимальная вероятность заболевания в семье, коллективе.



ГРИПП ОПАСЕН ОСЛОЖНЕНИЯМИ:

- Воспалением легких (пневмонией);
- воспалением бронхов (бронхитом);
- воспалением сердечной мышцы (миокардитом);
- воспалением среднего уха (отитом).



В ГРУППЕ ОСОБОГО РИСКА – ЛИЦА С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

- Сердечно - сосудистой системы;
- органов дыхания;
- эндокринной системы.

У них грипп вызывает ухудшение состояния, провоцирует возникновение инсульта или инфаркта.



У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ МИНИМАЛЬНА

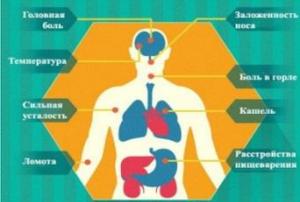
В случае заражения болезнь будет протекать в легкой форме и без осложнений.

**Правильный выбор – прививка
против гриппа!**

Профилактика гриппа



Симптомы:



Кто в группе риска?

В течение сезонного подъема заболеваемости гриппом наиболее тяжело болезнь протекает у следующих групп:



Дети до 2 лет (особенно до 6 месяцев).



Пожилые люди (старше 65).



Люди, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями, астмой, диабетом.



Люди с ослабленным иммунитетом, больные раком, ВИЧ-инфекцией.

Гриппом может заболеть любой человек, несмотря на возраст, пол, условия жизни и состояние здоровья.

Мойте руки!



Смочите руки в теплой воде.



Возьмите мыло.



В течение 20 секунд тщательно натирайте руки.



Смойте остатки мыла.



Вспользуйтесь полотенцем.

Ваш персональный план профилактики:



Прививайтесь.



Мойте руки.



Правильно питайтесь.



Занимайтесь физкультурой.



Хорошо высыпайтесь.



Используйте антисептики.



Не кашляйте на прохожих.



Регулярно проводите влажную уборку.



Узнайте больше о гриппе и методах его профилактики.

Стандарт оснащения медицинского блока

N п/п	Наименование	Количество , штук	име ется	цена за шт Самара		Цена за шт Гольягги		цена за шт Красноярск	
1	Весы медицинские	1	1	8970	8970	8450	8450	8300	8300
2	Ростомер или антропометр	1		6150	6150	5300	5300	5200	5200
3	Тонометр с возрастными манжетами	2		1550	3100	1600	3200	890	1780
4	Стетофонендоскоп	2		1120	2240	950	1900	350	700
5	Секундомер	2	1	10000	20000	10550	21100		0
6	Сантиметровая лента	по требовани ю							
7	Динамометр кистевой 2-х видов (для детей разных возрастных групп)	4		5800	23200	5500	22000	5320	21280
8	Плантограф	1		17300	17300	16500	16500	16000	16000
9	Термометр медицинский	по требовани ю							
10	Оториноскоп с набором воронок	1		9500	9500	9200	9200	8100	8100
11	Шпатель металлический или одноразовый	по требовани ю							
12	Анализатор окиси углерода выдыхаемого воздуха с определением карбоксигемоглобина (смокелайзер) <1>	1			0		0		0
13	Аппаратно-программный комплекс для скрининг-оценки уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма <1>	1			0		0		0
14	Холодильник	2		29500	59000	28900	57800	25850	51700
15	Бактерицидный облучатель/очиститель воздуха/устройство для обеззараживания и (или) фильтрации воздуха и (или) дезинфекции поверхностей	1		17850	17850	15000	15000	10000	10000

16	Шприц одноразовый с иглами (комплект 100 шт.)				0		0		0
	на 1 мл	1		5,2	5,2	5,1	5,1	4,35	4,35
	на 2 мл	5		5,15	25,75	5,11	25,55	4,51	22,55
	на 5 мл	5		5,7	28,5	5,61	28,05	4,97	24,85
	на 10 мл	1		7,95	7,95	7,84	7,84	6,95	6,95
17	Лоток медицинский почкообразный	2		60	120	52	104	49	98
18	Аппарат Рота с таблицей Сивцева-Орловой	1		19200	19200	18700	18700	17500	17500
19	Перчатки медицинские	по требованию							
20	Пипетки	10		7,5	75	6,7	67	5,4	54
21	Комплект воздухопроводов для искусственного дыхания "рот в рот"	1		350	350	300	300	266	266
22	Аппарат искусственной вентиляции легких Амбу (мешок Амбу)	1		5350	5350	5200	5200	4864	4864
23	Грелка медицинская	2		290	580	200	400	150	300
24	Пузырь для льда	2		285	570	215	430	190	380
25	Жгут кровоостанавливающий резиновый	2		110	220	90	180	81	162
26	Носилки	2		4500	9000	4100	8200	3952	7904
27	Травматологическая укладка, включающая:	1		59000	59000	58500	58500	57000	57000
	шины пневматические (детские и взрослые)				0		0		0
	вакуумный матрас				0		0		0
	косынка				0		0		0
	фиксатор ключицы				0		0		0
	воротник Шанца (2 размера)				0		0		0
	жгут кровоостанавливающий				0		0		0
	перчатки				0		0		0
	бинт стерильный				0		0		0
	салфетки стерильные				0		0		0
	гелевый охлаждающе-согревающий пакет				0		0		0
	ножницы				0		0		0
	лейкопластырь 2 см - 1 шт., 5 см - 1 шт.				0		0		0
28	Зонды желудочные разных размеров	4		56	224	54	216	25	100

29	Перевязочный материал: бинты, стерильные бинты, стерильные салфетки, стерильная вата, лейкопластырь, антисептики для обработки ран	по требованию							
30	Термоконтейнер для транспортировки медицинских иммунобиологических препаратов	1		3400	3400	2500	2500	2100	2100
31	Дозаторы для мыла, бумажные полотенца, антисептик для обработки рук	по требованию		3500		3000		2130	
32	Спирт этиловый	0,5 мл на инъекцию							
33	Салфетки спиртовые из мягкого материала для обработки инъекционного поля	по требованию							
34	Посиндромная укладка медикаментов и перевязочных материалов для оказания неотложной медицинской помощи <2	1		19750	19750	19300	19300	18700	18700
35	Дезинфицирующие средства	по требованию							
36	Ведро с педальной крышкой	2		670	1340	550	1100	384	768
37	Емкость для дезинфицирующих средств	по требованию							
38	Емкость - непрокальваемый контейнер с крышкой для дезинфекции отработанных шприцев, тампонов, использованных вакцин	по требованию							
39	Стол рабочий	2		7200	14400	6300	12600	3900	7800
40	Стул	6		3950	23700	1726	10356	3700	22200
41	Кушетка	2		7230	14460	6950	13900	6300	12600
42	Ширма медицинская	2		5250	10500	5100	10200	1900	3800
43	Шкаф медицинский для хранения лекарственных средств	1		14200	14200	13000	13000	11200	11200

44	Шкаф для хранения медицинской документации	1		7800	7800	7500	7500	6720	6720
45	Стол медицинский	1			0	4650	4650	3800	3800
46	Столик инструментальный	1		7200	7200		0	9804	9804
47	Столик манипуляционный	1		4830	4830	5500	5500	3800	3800
48	Лампа настольная	2			0		0		0
49	Бикс большой	2		2730	5460	2600	5200	2470	4940
50	Бикс малый	2		1550	3100	1400	2800	1311	2622
51	Пинцет	4		10	40	9	36	8,36	33,44
52	Корцанг	4		750	3000	750	3000	580	2320
53	Ножницы	2		310	620	290	580	213	426
54	Персональный компьютер	1 комплект							
55	Принтер	1 комплект							
56	Калькулятор	2	1		0		0		0
57	Сейф для хранения медикаментов	1		2700	2700	2500	2500	2130	2130
58	Халат медицинский	2	2		0		0		0
59	Шапочки	2			0		0		0
60	Маски	по требованию							
61	Коврик (1 м x 1,5 м)	1			0		0		0
62	Комплект оборудования для наглядной пропаганды здорового образа жизни	по числу учебных классов							
					398566		367536		327510,1