

**«Где можно сделать прививку от гриппа, как правильно сделать прививку, можно ли совмещать прививку против гриппа с другими, рекомендации по обращению за медицинской помощью, рекомендации для родителей, как уберечь детей в эпидсезон».**

1. Где можно сделать прививку

Чтобы сделать прививку, предварительная запись не требуется, можно просто обратиться к участковому терапевту или к педиатру в поликлинику по месту жительства. Вакцинацию проводят бесплатно.

В Алтайский край уже поступило 290 тысяч доз вакцины «Совигрипп» и почти 150 тысяч «Ультрикс квадри». Взрослым прививку ставят один раз одной из этих вакцин, решение принимает врач. Детей же прививают только препаратом «Ультрикс квадри». Если они младше трех лет, то получают половину стандартной дозы два раза.

Вакцина «Ультрикс квадри» содержит два типа вируса А и два вида типа вируса В, она квадριвалентная (четырёхвалентная). А вакцина «Совигрипп» содержит два типа вируса А и один В, поэтому ее называют трехвалентной.

Среди противопоказаний к вакцинации – неблагоприятная реакция на предыдущую прививку, однако таких случаев в Алтайском крае еще не выявляли.

Медики добавили, что вопрос по допуску к вакцинации решается индивидуально, перед процедурой обязателен осмотр врача.

2. Прививку от гриппа делают **внутримышечно в дельтовидную мышцу либо подкожно — в плечо или в подлопаточную область**. Детям младшего возраста можно делать укол в бедро. Как правило, вакцинация безболезненна.

3. Вакцину против гриппа можно совмещать с любой другой вакциной, кроме вакцины против туберкулеза. Единственным условием является то, что обе вакцины будут введены в разные участки тела.

4. Как уберечь ребенка от заражения?

- научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд;

- научите детей мыть лицо и промывать носовые ходы перед выходом в места массового скопления людей и при возвращении;
- научите детей не трогать лицо и без острой нужды руками не прикасаться к лицу, к носу, ко рту руками;
- научите детей кашлять и чихать в салфетку или сразу же выбрасывать её;
- научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора – два метра;
- приучайте детей правильно питаться. Кушать овощи и фрукты, заниматься спортом;
- отучайте детей от вредных привычек грызть ручки и карандаши, брать в рот игрушки;
- заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится;
- обрабатывайте поверхности, а также предметы, которые часто находятся в руках – пульт, планшет, сотовые телефоны, очки. Все это требует обработки, потому что вирусы на поверхностях хорошо выживают;
- воздержитесь от посещения торговых центров, кинотеатров и других мест скопления людей.

5. Обычно грипп начинается внезапно. Его проявления отличаются от ОРВИ, подъем температуры до высоких цифр, резкая слабость, часто сухой кашель. Следует остаться дома и вызвать врача на дом. При тяжелом состоянии - бригаду «скорой помощи».

Самолечение при гриппе недопустимо. Именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее Вашему состоянию и возрасту. Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим. Рекомендуются обильное питье.

6. Для предупреждения распространения инфекции, больного следует изолировать от здоровых лиц (желательно выделить отдельную комнату). При кашле и чихании больной должен прикрывать рот и нос платком или салфеткой. Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать, предметы обихода, а также полы протирать дезинфицирующими средствами.

Общение с больным, по возможности, следует ограничить. Не допускать беременных к уходу за больным. При уходе за больным гриппом следует использовать медицинскую маску (марлевую повязку).