ГРИПП

Грипп – острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа.

Грипп входит в группу острых вирусных инфекций (ОРВИ).

Насморк (ранит), кашель (бронхит) – обычные спутники гриппа, в наиболее тяжёлых случаях развивается воспаление лёгких (пневмония), отличающаяся крайней злокачественностью. Так же грипп сопровождается высокой температурой, головными болями, нарушениями нервной системы, вплоть до развития энцефалита, повышенной кровоточивостью сопровождающейся множественными кровоизлияниями.

***Кашель Вирусович Грипп –
Прилипучий, вредный тип.
Мы его горячим чаем
Спозаранку поливаем,
Укрываем одеялом,
Чтобы Гриппу жарко стало.
Испугался очень Грипп:
– Ой!
Кхе,
Кхе,
Теперь я влип.
От микстуры он вспотел,
– ЧИХ!
И сразу улетел.***

*Адрес:*

с. Кирга, ул. Толбузина 4

Телефон: +7 (34355) 30-3-95

E-mail: kirga.d.s@yandex.ru

**МКДОУ Киргинский детский сал**

**Буклет для родителей**

**"Осторожно, грипп!"**

****

**с. Кирга 2016г**

**Как уберечься**

**от заражения гриппом?**

Для профилактики гриппа важно уменьшить число контактов с источниками инфекций, это особенно важно для детей.



Эпидемии гриппа в наших широтах возникают в зимние месяцы, обычно в январе – феврале. Это связано с воздействием холода, поэтому закаливание – важнейший метод профилактики.



**Вакцинация**

В России зарегистрирован ряд вакцин нового поколения: отечественная Гриппол (субъединичная с иммуностимулятором полиоксидонием) и зарубежние сплит-вакцины Агриппал, Бегривак, Ваксигрипп, Флюарикс.



Вакцинацию начинают осенью, с тем чтобы заблаговременно создать иммунитет; на это уходит 2-4 недели. Вакцины вводят взрослым и детям старше 6-8 лет однократно, поскольку у них есть уже антителе к гриппозным вирусам, так что с вакцинациной им вводятся лишь недостающие антигены ожидаемых в этом сезоне вирусов. Детей вакцинируют начиная с 6-месячного возраста (до этого они защищены полученными от матери антителами); первый раз вакцину вводят двукратно, а затем ежегодно – однократно.

**Несколько полезных советов, как уменьшить риск заражения гриппом**

1. Старайтесь избегать мест, где много пыли – в ней оседает больше всего вирусов;
2. Утром выпивайте натощак стакан апельсинового или грейпфрутового сока, а вечером съедайте дольку чеснока или луковицу;
3. Старайтесь подолгу не разговаривать с простуженными людьми, не рискойте своим здоровьем.

Если же есть все основания предполагать, что вы всё-таки подцепили инфекцию, то, придя домой, примите меры предосторожности – полежите в горячей ванне, выпейте таблетку аспирина. Перед сном приготовьте себя тёплое молоко с мёдом или съешьте ложку натурального мёда, не запивая ничем.

