

Що варто знати про СЕЗОННИЙ ГРИП?

Грип – це високозаразне вірусне захворювання, що може призвести до серйозних ускладнень.

Як розпізнати грип?



Раптове підвищення температури (вище 38°C)



Головний біль



Біль в горлі або кашель



Біль в м'язах

Що робити, якщо у вас грип?



При появі симптомів грипу – звернутися до лікаря. Самолікування може призвести до ускладнень.



При кашлі або чханні прикривати рот рукою/ліктем/серветкою.



Залишатися вдома під час хвороби та більше відпочивати.



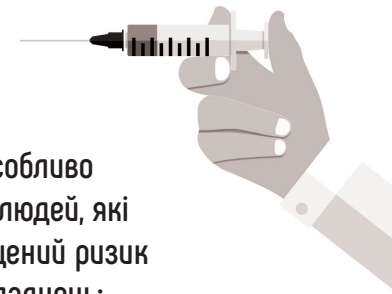
Багато пити та повноцінно харчуватись.



Частіше мити руки.

Як попередити грип?

Найкраща профілактика грипу – це щорічна імунізація



Вакцинація особливо важлива для людей, які мають підвищений ризик розвитку ускладнень:



- Вагітні жінки та діти до 5 років.
- Люди старше 65 років.
- Медичні працівники.
- Люди з хронічними захворюваннями.

Люди, що живуть з людьми з групи підвищеного ризику та доглядають за ними.

4 основні групи ризику:



Медичні працівники

Мають більший ризик захворіти на грип через особливості професії. Ми закликаємо їх захистити себе і своїх пацієнтів та зробити щеплення від грипу.



Вагітні

Варто пам'ятати, що грип може мати серйозні наслідки під час вагітності. Натомість вакцинація проти сезонного грипу безпечна на всіх етапах вагітності.



Літні люди –

Імунітет із віком послаблюється і стає менш ефективним у боротьбі з грипом який може мати серйозні наслідки, коли вам за 65.



Люди з хронічними захворюваннями

Варто пам'ятати, що при хронічних захворюваннях ризику розвитку ускладнень від грипу значно підвищуються, тому важливо захистити себе від можливих ускладнень.

Як вакцинуватися від грипу в Україні?

Варіант 1

Придбати вакцину в аптечній мережі. Для цього необхідно мати рецепт від сімейного лікаря та термосумку/термобокс з незамороженими колодоелементами. В аптеці разом з вакциною треба отримати чек, де вказано дату та час придбання препарату та копію сертифікату вакцини. Вакцину в термосумці/термобоксі необхідно якнайшвидше доставити до медичного закладу та ввести безоплатно у кабінеті щеплень за направленням сімейного лікаря. Якщо ви не впевнені щодо дотримання правил транспортування вакцини, порадьтеся з фармацевтом.

Варіант 2

Записатися на вакцинацію від грипу до однієї з приватних закладів охорони здоров'я свого міста.

Варіант 3

Отримати щеплення від грипу у приватному медичному закладі, де ви застраховані і де вакцинація від грипу входить до переліку страхових зобов'язань.

Варіант 4

Отримати щеплення від грипу за рахунок свого роботодавця, якщо це передбачається корпоративною практикою на Вашому місці роботи. Така практика існує на багатьох державних та приватних підприємствах.

Варіант 5

Отримати щеплення від грипу за кошти місцевого бюджету, якщо ви входите до визначених груп ризику з захворювання на грип (медпрацівники, вчителі, діти до 5 років, вагітні, літні люди, пацієнти із хронічними захворюваннями). Інформацію щодо такої можливості можна уточнити в місцевому Департаменті охорони здоров'я

ГРИП

ПРОСТІ РЕЧІ
РЯТУЮТЬ
ЖИТТЯ

