

Неспецифическая профилактика гриппа. Что это такое?

Санитарные врачи предупреждают о сохранении высокого уровня заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями в г. Екатеринбурге и призывают каждого обратить внимание на профилактику - предупреждение распространения заболеваний, в том числе гриппа.

Профилактика гриппа бывает **специфической и неспецифической**.

Специфическая – это профилактика заболевания с помощью вакцинации, которая проводится до начала эпидсезона по острым респираторным вирусным инфекциям, и прививка является самой надежной защитой против гриппа.

В период подъема заболеваемости наиболее важное значение приобретает его неспецифическая профилактика.

Что это такое и о каких основных и эффективных её способах нужно всем обязательно знать?

К неспецифическим мерам защиты человека против гриппа относятся:

- тщательное и частое мытье рук или использование для этой цели дезинфицирующих салфеток;
- использование одноразовых носовых платков, а при контакте с больными - медицинских масок, менять которые необходимо каждые два часа;
- соблюдение принципов здорового образа жизни, направленных на укрепление иммунитета – защитных сил организма, связанных с режимом дня, правильным питанием, двигательной активностью, длительным пребыванием на свежем воздухе;
- увеличение в рационе питания лука и чеснока;
- прием по рекомендации врача витаминов и противовирусных препаратов;
- частое проветривание и проведение влажной уборки помещений;
- ограничение посещений мест массового пребывания людей;
- обязательное обращение к врачу при первых признаках заболевания.



Способы неспецифической профилактики просты и доступны каждому, а их использование может предупредить высокий уровень распространения инфекций в любых коллективах, в том числе в общеобразовательном учреждении.

/Агитационный плакат, представленный на конкурс среди образовательных учреждений г. Екатеринбурга «Все о профилактике гриппа -2017»

/Информационно-просветительский проект «СОШ.RU»