



# ОПАСНО! ГРИПП!

Грипп – это инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путём. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

## СИМПТОМЫ ГРИППА



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ  
ТЕЛА, ОЗНОБ**



**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ**



**ЛОМОТА В МЫШЦАХ И  
СУСТАВАХ, БОЛЬ В  
ГЛАЗНЫХ ЯБЛОКАХ**



**ССАДНЕНИЕ/ЖЖЕНИЕ  
В ГОРЛЕ**



**СУХОЙ КАШЕЛЬ**



**СЛАБОСТЬ, СНИЖЕНИЕ  
АППЕТИТА, ТОШНОТА,  
ВОЗМОЖНА РВОТА**

## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



**СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ**



**ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**



**ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С  
БОЛЬНЫМИ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**



**РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ**

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, ТО НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА,  
СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ**



**НЕМЕДЛЕННО ВЫЗВАТЬ ВРАЧА**



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ!!!**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**



**УПОТРЕБЛЯТЬ БОЛЬШОЕ  
КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ  
(ТРАВЯНЫЕ ЧАИ, СОКИ, МОРСЫ)**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ, ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ, УВЛАЖНЯТЬ  
ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИИ**



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПИЛОТНЫЙ ПРОЕКТ МИНЗДРАВА РОССИИ

«ПОСЛУШАЙТЕ, ДОКТОР»



Присоединяйтесь

[/poslushajte.doktor](#)

[/poslushajte\\_doktor](#)

# ОПАСНО! ГРИПП



**Грипп** - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

## СИМПТОМЫ



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ  
ТЕЛА**



**ГОЛОВНАЯ  
БОЛЬ**



**ЛОМОТА  
В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ**



**БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ  
В ГОРЛЕ**



**СУХОЙ  
КАШЕЛЬ  
И ЗАТРУДНЕННОЕ,  
УЧАЩЕННОЕ  
ДЫХАНИЕ**



**СЛАБОСТЬ**



**ЖЕЛУДОЧНО-  
КИШЕЧНЫЕ  
РАССТРОЙСТВА  
(ГОШНОТА,  
РВОТА, ПОНОС)**



**БОЛЬ  
ПРИ ДВИЖЕНИИ  
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ  
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ  
НА СВЕТ**

## ПРОФИЛАКТИКА



**ВЕСТИ  
ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**РЕГУЛЯРНО  
МЫТЬ РУКИ  
С МЫЛОМ ИЛИ  
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ  
СРЕДСТВОМ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ  
И КАШЛЕ**



**СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ\***



**ИЗБЕГАТЬ  
БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ  
ЛЮДЕЙ**



**ИЗБЕГАТЬ  
КОНТАКТОВ  
С БОЛЬНЫМИ**

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА  
И СОБЛЮДАТЬ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ**



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ,  
А ВЫЗВАТЬ  
ВРАЧА**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ  
ЗАЩИТЫ**



**ОБИЛЬНОЕ  
ПОТРЕБЛЕНИЕ  
ТЕПЛОЙ  
ЖИДКОСТИ**



**ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНУЮ  
УБОРКУ**



**ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ**

\*Вакцинация от гриппа проводится начиная с 6-месячного возраста в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок (Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н (ред. от 16.06.2016) «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям»).



# ВАЖНО! ПРИВИВКИ



Национальный календарь профилактических прививок\* Российской Федерации по числу инфекций соответствует лучшим мировым практикам.

Сегодня он включает вакцинацию против **12** инфекционных заболеваний: корь • краснуха • полиомиелит • эпидемический паротит • туберкулез • столбняк • дифтерия • гепатит В • коклюш • гемофильная инфекция • пневмококковая инфекция • грипп.

## БЕСПЛАТНО ДЛЯ ГРАЖДАН РОССИИ



**ВОЗРАСТ**  
**24**  
ЧАСА  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**

**3-7**  
ДЕНЬ  
**ТУБЕРКУЛЕЗ**

**1**  
МЕСЯЦ  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**

**2**  
МЕСЯЦ  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**  
**ПНЕВМОКОККОВАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**



**3**  
МЕСЯЦ  
**ВОЗРАСТ**  
**ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,**  
**СТОЛБНЯК**  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**  
**ГЕМОФИЛЬНАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**

**4.5**  
МЕСЯЦ  
**ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,**  
**СТОЛБНЯК**  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**  
**ГЕМОФИЛЬНАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**  
**ПНЕВМОКОККОВАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**

**6**  
МЕСЯЦ  
**ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,**  
**СТОЛБНЯК**  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**  
**ГЕМОФИЛЬНАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**

### ГРИПП

Дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы); беременные женщины; взрослые старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.



**12**  
МЕСЯЦ  
**ВОЗРАСТ**  
**КОРЬ, КРАСНУХА,**  
**ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ**  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**

**15**  
МЕСЯЦ  
**ПНЕВМОКОККОВАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**

**18**  
МЕСЯЦ  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**  
**ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,**  
**СТОЛБНЯК**  
**ГЕМОФИЛЬНАЯ**  
**ИНФЕКЦИЯ**

**20**  
МЕСЯЦ  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**



**6**  
ЛЕТ  
**ВОЗРАСТ**  
**КОРЬ, КРАСНУХА,**  
**ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ**

**6-7**  
ЛЕТ  
**ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК**  
**ТУБЕРКУЛЕЗ**

**14**  
ЛЕТ  
**ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК**  
**ПОЛИОМИЕЛИТ**

**18**  
ЛЕТ  
**ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК**  
каждые 10 лет  
от момента последней  
ревакцинации

**1-55**  
ЛЕТ  
**ВОЗРАСТ**  
**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В**  
не привитые  
ранее

**1-25**  
ЛЕТ  
**КРАСНУХА**  
Дети от 1 года до 18 лет, женщины  
от 18 до 25 лет (включительно), не  
болевшие, не привитые, привитые  
однократно, не имеющие сведений  
о прививках против краснухи

**1-55**  
ЛЕТ  
**КОРЬ**  
Дети от 1 года до 18 лет (включительно) и взрослые до 35 лет (включительно), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори; взрослые от 36 до 55 лет (включительно), относящиеся к группам риска (работники медицинских и образовательных организаций, организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сферы; лица, работающие вахтовым методом, и сотрудники государственных контрольных органов в пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори

● первая вакцинация ● следующая вакцинация и ревакцинация ● вакцинация для групп риска\*\*

\* Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н: «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».  
\*\* Информацию о принадлежности к группе риска вы можете получить у своего лечащего врача: педиатра или терапевта.