

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения окружающих. Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Больной гриппом должен соблюдать постельный режим, включить в рацион фрукты и овощи богатые витаминами, рекомендуется обильное питье.

Антибиотики и грипп

Принимая антибиотики в первые дни заболевания гриппом человек совершает большую ошибку. Антибиотики не способны справиться с вирусом, а кроме того, они убивают нормальную микрофлору и ослабляют иммунитет. Антибиотики назначаются врачом только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции.

Профилактика гриппа

Самым эффективным способом профилактики, по мнению ВОЗ, является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ.

Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации сентябрь - ноябрь.

Почему нужна вакцинация от гриппа

- грипп очень заразен;
- быстро распространяется;
- вызывает серьезные осложнения;
- протекает намного тяжелее других ОРВИ.

Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста. Для надежной защиты от гриппа вакцинацию необходимо проводить ежегодно.

Как защитить от гриппа детей до 6 месяцев

Необходимо провести вакцинацию всех контактирующих с ребенком лиц до начала эпидемии гриппа. Взрослые должны соблюдать основные меры профилактики. В период эпидемии запрещено посещать с младенцем места массового скопления людей, а также не рекомендуется собирать дома гостей.

Вакцинация против гриппа и беременность

Применять вакцину против гриппа у беременных необходимо в связи с тем, что они входят в группу риска по развитию тяжелых форм заболевания. Исследования последних лет доказали безопасность вакцинации против гриппа у беременных женщин.

Основные меры профилактики

- часто и тщательно мойте руки;
- избегайте контактов с людьми, у которых есть признаки заболевания
- придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность);
- пейте больше жидкости;
- в случае появления заболевших в семье обратитесь к врачу;
- регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении;
- реже посещайте места скопления людей;
- используйте маску, посещая места скопления людей; · избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- не трогайте лицо, глаза, нос чужими руками.

Как защитить ребенка в период эпидемии гриппа

Рекомендовано чаще гулять с ребенком на свежем воздухе и воздержаться от посещения мест массового скопления людей.

При малейших признаках заболевания обращайтесь к врачу!