

Вакцинация от гриппа

Защититесь от сезонного гриппа
и осложнений

Смысл вакцинации

**Зачем делать прививку
от гриппа**

80

процентов защиты
обеспечивает вакцина

Минздрав и ВОЗ считают вакцинацию самой надежной защитой от инфекции

Риск заражения
гриппом
уменьшается
на 80–90
процентов

Вакцина
действует
на большинство
существующих
вирусов

Снижается риск
развития
возможных
осложнений
после болезни

Вакцина
безопасна:
не вызывает
заболевание,
а стимулирует
выработку
антител

Ежегодно разрабатывают
новую вакцину
в зависимости от штаммов
вируса, которые ВОЗ
считает самыми
распространенными

Требования закона

**Кто не может
отказаться
от вакцинации**

6

категорий работников
обязаны
вакцинироваться

Не могут отказаться сотрудники, чья работа связана с высоким риском подхватить инфекцию

Работники
коммунальной
сферы
и транспорта

Работники
учебных
заведений

Работники
сферы
обслуживания
и предприятий
торговли

Работники
медицинских
организаций

**Работники, которые
по закону должны
пройти вакцинацию,
могут отказаться
только по мед показаниям**

Процесс вакцинации

**Кто делает прививку
и как вести себя после
нее**

15

дней
вырабатывается
иммунитет

Прививку от гриппа делает медицинский работник

1. Медицинский работник опросит и осмотрит вас перед вакцинацией
2. Если у вас нет противопоказаний, медработник попросит подписать согласие на проведение медицинского вмешательства
3. Медицинский работник сделает вам укол с вакциной

Современные вакцины легко переносятся, только в редких случаях возможны осложнения

Поднимется
температура

Покраснеет
и заболит место
укола

Почувствуете
слабость,
заболит горло

Появится
аллергическая
реакция

После прививки
не начинайте сразу
работать, подождите 20–
25 минут, если
почувствуете себя плохо,
обратитесь к врачу

Дополнительная защита

**Как защитить себя, если
не можете или не хотите
вакцинироваться**

3

процента людей
с аллергией на
компоненты вакцины
(ВОЗ)

Ведите здоровый образ жизни, если решили не делать прививку

- Спите не меньше 7–8 часов
- Питайтесь здоровой пищей
- Закаляйтесь
- Повышайте физическую активность
- Чаще бывайте на свежем воздухе
- Перед сном откажитесь от гаджетов
- Часто мойте руки и протирайте спиртовыми салфетками предметы, к которым прикасаетесь

**Здоровый образ жизни
сохраняет и укрепляет
здоровье, повышает
устойчивость организма
к инфекционным болезням**