

ЗАПОБІГАННЯ ПОШИРЕННЯ ГРИПУ

У зв'язку з реєстрацією важкого випадку захворювання на грип, першого випадку грипу у 2025 році в Глухівській громаді, нагадуємо про основні засоби щодо запобігання поширення та ускладнень грипу.

Грип — це вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті.

Грип має наступні симптоми, які також характерні для інших гострих респіраторних вірусних інфекцій (ГРВІ), але грип набагато небезпечніший. За перших симптомів звертайтеся до сімейного лікаря.

Клінічні ознаки грипу:

- раптовий початок;
- головний біль;
- ломота у м'язах і суглобах;
- біль у горлі;
- підвищення температури тіла до 38 °С і більше;
- кашель;
- в окремих випадках — блювання та пронос.

Вірус грипу передається повітряно-краплинним, повітряно-пиловим шляхом, при тісному контакті з хворим (перебування на відстані близько 2 м).

Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для інших протягом усього періоду прояву симптомів, близько семи днів.

Як запобігти зараженню грипом:

- уникайте контакту з особами, що мають прояви респіраторної інфекції;
- обмежте відвідування місць великого скупчення людей;
- часто провітрюйте приміщення;
- часто мийте руки з милом;
- уникайте обіймів, поцілунків і рукостискань;
- прикривайте ніс і рот під час чхання або кашлю одноразовою серветкою, або згином ліктя;
- якщо у людини є симптоми грипу, то необхідно триматися від неї на відстані не менше двох метрів.

Вакцинація є найефективнішим методом профілактики грипу та попередження важких ускладнень цієї хвороби.

Одне щеплення захищає впродовж усього сезону грипу від найбільш поширених і небезпечних штамів.