



РОСПОТРЕБНАДЗОР
Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОР. 8-800-505-49-43

О ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

В период осеннего обострения респираторных заболеваний, а также в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции Роспотребнадзор напоминает о вакцинации против гриппа.

КАКИЕ ЦЕЛИ ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА?

Основная цель вакцинации против гриппа — защитить людей от массового и неконтролируемого распространения инфекции, от гриппозного гриппа. Важно помнить, что, вакцинируя население, врач спасает жизнь тем, кто рискует умереть от осложнений. В группу риска входят маленькие дети, у которых иммунитет находится в процессе формирования, пожилые люди, также те, кто страдает хроническими заболеваниями, и особенно люди с иммунодефицитным состоянием.

Грипп часто протекает достаточно тяжело, особенно в группах риска, и нередко сопровождается различными осложнениями.

Важно помнить, что грипп распространяется очень быстро. Если большинство людей привито, у меньшинства, тех, кто не привит на тот или иной организм, шансы заразиться минимальны. И именно для этого созданы коллективные иммунитет. Вакцинирование населения не дает распространяться вирусу.

ЧТО ВХОДИТ В СОСТАВ ВАКЦИНЫ ПРОТИВ ГРИППА?

Вакцина против гриппа защищает от антигенов вирусов гриппа, которые, по прогнозам эпидемиологов, будут наиболее распространены в предстоящем сезоне. Традиционные вакцины против гриппа («инъекционные» вакцины) предназначены для защиты от трех вирусов гриппа:

- вируса гриппа А (H1N1),
- вируса гриппа А (H3N2),
- вируса гриппа В.

Существуют также вакцины, предназначенные для защиты от четырех вирусов гриппа («четырехвалентные» вакцины). Они защищают от тех же вирусов, что и трехвалентная вакцина, но дополнительно содержат антигены еще одного вирусного штамма вируса гриппа В.

В сезоне 2021-2022 года ВОЗ рекомендует включать в состав трехвалентных вакцин следующие штаммы вирусов гриппа:

A/Italy/252/2016 (H1N1) pdm09,
A/Sydney/05/2005 (H3N2),
B/Wuhan/15/2019 (гомологичен — для четырехвалентной вакцины)

Первые три штамма рекомендуются для включения в трехвалентные гриппозные вакцины, а последний является рекомендуемым дополнительным штаммом для четырехвалентных противогриппозных вакцин.

ЗАЧЕМ ДЕЛАТЬ ПРИБИВКУ КАЖДЫЙ ГОД?

Каждое проведенное прививочное обследование позволяет постоянно обновлять (мутировать) вирусы гриппа. В связи с этим состав вакцины обновляется по мере необходимости на основании данных о циркуляции в Южном полушарии штаммов и прогноза на их распространение, чтобы обеспечить соответствующую актуальность вирусам гриппа.

ТРИ ГОДА НАЗАД МНЕ СДЕЛАЛИ ВАКЦИНУ ПРОТИВ ГРИППА, А В ПРОШЛОМ ГОДУ Я СЕРЬЕЗНО ЗАБОЛЕЛ И МНЕ БЫЛ ПОСТАВЛЕН ДИАГНОЗ ГРИППА. В ЧЕМ ЭТО ГОВОРЯТ?

Этот факт подтверждает необходимость проведения вакцинации против гриппа ежегодно. Во-первых, штаммы вирусов мутятся очень быстро. Во-вторых — иммунный ответ организма на хроническое заболевание с течением времени. В вашем случае вакцинация позволит добиться максимальной защиты для организма на сегодняшний день.

МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ОТ ВАКЦИНЫ?

Заболеть гриппом от вакцины невозможно. Некоторые привитые люди себе чувствуют некоторое время после вакцинации. Такая реакция происходит не часто, она свидетельствует о том, что организм начал реакцию организма на вакцину. Может возникнуть слабость, ломота в мышцах, головная боль, в месте инъекции. В большинстве случаев эти симптомы отмечаются в течение не более 3 дней после введения препарата, проходят самостоятельно без приема каких-либо препаратов.

Такая реакция может свидетельствовать о том, что организмступил в борьбу с введенными вирусными частицами и в данный момент происходит выработка антител. Таким образом, иммунная система готовится к борьбе с вирусом гриппа.

ВАЖНО! Даже если вы оказались среди тех, кто переболел себе чувствует после введения вакцины, это не означает, что ваша иммунная система не реагирует или вакцина против гриппа не работает.

ЕСЛИ Я СДЕЛАЮ ПРИБИВКУ ПРОТИВ ГРИППА, ЗАБОДУ ЛИ Я ГРИППОМ?

Даже если вы заболели гриппом, лучше привиться против гриппа — вы избежите повторного заболевания в легкой форме, без осложнений и быстро выздоровеете, с этой целью и проводится вакцинация. Вакцина практически исключает тяжелые формы гриппа и летальные исходы. Вакцины против гриппа безопасны.

Защитит от гриппа себя и своих близких и детей! Защищайтесь!



Подготовлено на www.rosotrebнадзор.ru

СТОП COVID-19

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПРИВИВКЕ



РОСПОТРЕБНАДЗОР
Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОР. 8-800-505-49-43

1. Поможет ли антигистаминное лекарство (от аллергии) до или после прививки уменьшить реакцию на вакцину, избежать повышения температуры, боли и отека в месте укола?
 - Нет, такая медикаментозная «подготовка» не нужна.
2. Что делать, если после прививки возникает гриппоподобный синдром — повышается температура, болит голова и др.?
 - Не у всех может быть такая реакция, но, если она есть — это нормально. Допускается симптоматическая терапия.
3. Что делать, если человек все-таки не уберется и после первой прививки подхватил коронавирус?
 - В этом случае вторая доза вакцины не вводится.
4. Что делать людям с хроническими заболеваниями (хронический гастрит, другие заболевания ЖКТ, артериальная гипертония и др)?
 - Людям с любыми хроническими заболеваниями нужно прививаться в первую очередь, поскольку они находятся в группе повышенного риска тяжелых осложнений COVID-19.
5. Нужно ли перед вакцинацией сдать какие-нибудь анализы, пройти обследование?
 - Таких требований нет. Главное, чтобы у вас в день вакцинации было нормальное самочувствие.
6. Можно ли принять успокоительные препараты перед вакцинацией, чтобы не волноваться?
 - Да, можно.
7. Если человек аллергик, есть ли риск получить реакцию на вакцину?
 - Если вы аллергик, обязательно сообщите об этом врачу перед прививкой. Врач порекомендует, какой вакциной прививаться, у них разный состав.



Подготовлено на www.rosotrebнадзор.ru



ГРИПП – СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус

СИМПТОМЫ ГРИППА: жар, озноб, усталость, головная боль, насморк или заложенность носа, кашель (боль или першение в горле), боль в мышцах и суставах

ВАЖНО!

- Самолечение при гриппе недопустимо. Поставить диагноз и назначить необходимое лечение должен врач.
- При температуре 38-39 градусов вызовите врача на дом.
- Крайне опасно переносить грипп на ногах – это может привести к тяжелым осложнениям.



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ

- Оставайтесь дома
- Соблюдайте постельный режим
- Выполняйте все рекомендации лечащего врача
- При кашле или чихании прикрывайте нос и рот платком
- Принимайте лекарства вовремя
- Пейте как можно больше жидкости (горячий чай, клюквенный или брусничный морсы, шалфейные минеральные воды)

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

- По возможности изолируйте больного в отдельной комнате
- Регулярно проветривайте помещение, где находится больной
- При уходе за больным используйте маску

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА

- Наиболее эффективное средство защиты от гриппа – своевременная вакцинация*
- Полноценно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь и занимайтесь физкультурой
- Мойте руки
- Промывайте нос
- Регулярно делайте влажную уборку помещений
- Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении
- Используйте маски в общественных местах и в транспорте
- По возможности избегайте мест массового скопления людей
- Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания (кашель, чихание)

- В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — обязательно прием противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

*Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно людям старше 65 лет, беременным женщинам, и таким людям из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта. Вакцинация должна проводиться за 2-3 недели до начала роста заболеваемости.

Подготовил: www.rosotrebнадзор.ru

СТОП COVID-19

О ВАКЦИНАЦИИ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ



1 Какие вакцины против COVID-19 лучше всего подходят для меня?

Все вакцины, зарегистрированные в России, эффективны и безопасны.

2 Нужно ли мне прививаться, если я уже болел коронавирусом?

Да, вам следует сделать прививку, даже если у вас ранее был COVID-19.

3 Вакцины от COVID-19 могут встраиваться в ДНК?

Нет, ни одна из вакцин против COVID-19 никак не влияет на вашу ДНК и не взаимодействует с ней.

4 Могут ли вакцины против COVID-19 негативно повлиять на способность иметь детей?

Нет никаких доказательств того, что какая-либо вакцина, включая вакцину против коронавируса может повлиять на фертильность у женщин или мужчин.



5 Вирус мутирует. Будут ли вакцины работать против новых вариантов?

Пока значимых изменений патогена, способных влиять на течение болезни или эпидемиологический процесс не выявлено. Важно сделать прививку и продолжать меры по сокращению распространения вируса.

6 Может ли вакцина против COVID-19 вызвать положительный результат теста на заболевание, например, ПЦР-теста или антигенного теста?

Нет, вакцина против COVID-19 не может дать положительный результат ПЦР-теста или лабораторного теста на антиген.

7 Могу ли я заболеть после прививки?

После прививки от коронавируса (не из-за нее, а при последующем заражении вирусом) можно заболеть, описаны такие случаи. При появлении симптомов, в том числе ОРВИ у правитого человека, нужно немедленно обратиться к врачу и сделать ПЦР-тест.



Подготовил: www.rosotrebнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПОСЛЕ ВАКЦИНАЦИИ ОТ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

После прививки отнеситесь максимально внимательно к своему здоровью:



1. У некоторых людей после вакцинации может возникнуть гриппоподобный синдром – повысится температура и др. Не у всех может быть такая реакция, но, если она есть — это нормально. Допускается симптоматическая терапия – можно принять жаропонижающие и противовоспалительные средства.



2. В первые три дня после вакцинации не рекомендуются интенсивные физические нагрузки, спорт. Принимать душ можно спокойно.



3. В первые три дня после вакцинации рекомендуется ограничить прием алкоголя.

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru



4. Полноценный иммунный ответ на введение вакцины будет формироваться 35-42 дня, поэтому после вакцинации в течение этого периода необходимо соблюдать все меры предосторожности, чтобы не заразиться коронавирусом.

5. Пока нарабатывается иммунитет, необходимо носить маску, соблюдать социальную дистанцию, тщательно соблюдать правила личной гигиены.

6. Если после вакцинации или в промежутках между двумя прививками наступила беременность, не переживайте. Вакцинация не создает никаких дополнительных рисков и не представляет угрозы для здоровья нерожавших женщин и их будущего потомства.

7. Если Вы уже вакцинировались, поделитесь своим опытом с друзьями и близкими. Возможно, именно Ваш пример станет важным напоминанием и придаст уверенности тем, кто этого еще не сделал.

COVID-19

ВАКЦИНАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КОМУ 60 И БОЛЕЕ ЛЕТ



1. Люди пожилого возраста в зоне особого риска при заболевании коронавирусной инфекцией. Именно у пожилых из-за нагрузки на иммунную систему возможны осложнения, в том числе такие опасные как вирусная пневмония и тромбозы различной локализации. Эти осложнения могут привести к самым печальным исходам. **Важно сохранить ваше здоровье!**

2. Вакцинация – самый надежный способ защитить вас от тяжелого течения коронавируса и необратимых последствий.

3. Люди пожилого возраста переносят вакцинацию легко, без побочных эффектов. Это связано с особенностями иммунной реакции организма в вашем возрасте.

4. Прививаться можно даже с различными хроническими заболеваниями, главное, чтобы они не были в фазе обострения. Проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом.

5. Помните, что полноценный иммунитет формируется не ранее, чем через 42-45 дней после первой прививки. Продолжайте соблюдать меры безопасности до выработки антител (избегайте скопления людей, носите маску в общественных местах, часто мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком)



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

COVID-19



НЕ СОМНЕВАЙСЯ – ПРИВИВАЙСЯ!

Вакцинация – это защита для каждого
Антитела после вакцинации сильнее, чем после болезни
Коронавирус коварный и опасный, лучше привиться, чем болеть
Цитокиновый шторм страшнее и опаснее прививки
Инфекция может начаться как обычное ОРВИ, сдайте тест
Не забывайте про меры профилактики – чистые руки и маска
Агрессивные новые штаммы может остановить прививка
Цель вакцинации – сохранить жизни
Информацию о вакцинации берите из официальных источников
Я привился, а ты?



РОСПОТРЕБНАДЗОР

Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР

Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

СТОП COVID-19

Забывчивость в 80 лет – это возможно, в 20 – это ненормально.

НЕ РИСКУЙ, ПРИВЕЙСЯ!



33%

**ПАЦИЕНТОВ ПОСЛЕ COVID-19 СТРАДАЮТ
ОТ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ**

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ОРВИ	ГРИПП
Повышенная температуры	часто	редко	часто
Усталость	часто	иногда	часто
Кашель	часто(сухой)	иногда	часто
Чихание	нет	часто	часто
Потеря обоняния	часто	иногда	иногда
Боль в суставах (ломота)	часто	иногда	часто
Насморк	иногда	часто	редко
Боль в горле	иногда	часто	редко
Диарея	иногда	нет	редко
Головная боль	часто	иногда	часто
Одышка	иногда	нет	иногда
Искажение вкуса	часто	нет	нет
Заложенность ушей	редко	редко	редко



1. Вызовите врача.



2. Выделите больному отдельную комнату. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.



3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.



4. Часто проветривайте помещение, лучше всего каждые два часа.



5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.



6. Выделите больному отдельную посуду для приема пищи. После окончания ее необходимо дезинфицировать. Больной должен питаться отдельно от других членов семьи.



7. Часто мойте руки с мылом, особенно до и после ухода за больным.



8. Ухаживая за больным обязательно используйте маски и перчатки, дезинфицируйте средства.



9. Ухаживая за больным должен только один член семьи.

10. В комнате больного используйте дезинфицирующие средства, протирайте поверхности не реже 2 раз в день.

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

ТОЛЬКО ВРАЧ МОЖЕТ ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ, НАЗНАЧИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ
И КОМПЬЮТЕРНУЮ ТОМОГРАФИЮ ЛЕГКИХ!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ
БЛИЗКИХ!

Подробнее на www.rosotrebнадzor.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ!

Роспотребнадзор напоминает, что в начале сентября открылась кампания по вакцинации против гриппа. Период с сентября по ноябрь самое подходящее время для вакцинации от гриппа, так как прививаться нужно за две-три недели до начала подъема заболеваемости, чтобы успел сформироваться необходимый иммунитет. Эпидемиологи и инфекционисты единодушны: прививка от гриппа важна.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ



ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Подготовлено на www.rosпотребнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

СТОП COVID-19

Осечки в постели в пожилом возрасте – простительны,
в молодом печальны.

**НЕ РИСКУЙ,
ПРИВЕЙСЯ!**



в **5,6** раз

**УВЕЛИЧИВАЕТСЯ РИСК ЗРЕКТИЛЬНОЙ
ДИСФУНКЦИИ ПОСЛЕ COVID-19**

Подготовлено на www.rosпотребнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

СТОП COVID-19

Выбрать остаться дома – это нормально,
оказаться там запертым на месяц – грустно.

**НЕ РИСКУЙ,
ПРИВЕЙСЯ!**



2-3

**НЕДЕЛИ СРЕДНЯЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ
БОЛЕЗНИ COVID-19**

Подробнее на www.rosotrebнадzor.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

О РАЗЛИЧИЯХ СИМПТОМОВ ГРИППА И ОРВИ

**ГРИПП – ОПАСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В ГРУППЕ ОСТРЫХ
РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ**

РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА И ОРВИ ЗНАЧИТЕЛЬНО ВЫШЕ:



У ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
СТАРШЕ 65 ЛЕТ



У БЕРЕМЕННЫХ
ЖЕНЩИН



У ДЕТЕЙ ДО 5 ЛЕТ



У ЛИЦ ИМЕЮЩИХ
ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



У ЛИЦ С ОСЛАБЛЕННОЙ
ИММУННОЙ СИСТЕМОЙ

СИМПТОМЫ ПРОСТУДЫ (ОРВИ)

Постепенное начало, лихорадка (до 38 °С), насморк с обильным слизистым отделяемым, заложенность носа, кашель, чихание, боль в горле. Обычно прогноз благоприятный, выздоровление как правило наступает через 7-10 дней, хотя симптомы могут сохраняться до 2 недель. Специфической вакцины от простуды не существует.

СИМПТОМЫ ГРИППА

Внезапное начало, сухой, отрывистый кашель, лихорадка до 40° С, озноб, боль в мышцах, головная боль, боль в горле, заложенность носа при отсутствии отделяемого из носовых ходов, сильная усталость, которая может длиться до двух недель, возможны тошнота, рвота, диарея. При появлении первых симптомов заболевания – оставайтесь дома и вызовите врача. Самолечение недопустимо.

Подробнее на www.rosotrebнадzor.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

ОСТОРОЖНО: ГРИПП!

СИМПТОМЫ ГРИППА



РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА
И СОСНЫ



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



БОЛИ В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ



БОЛЬ, ПЕРШЕНИЕ
В ГОРТЕ



СУХОЙ КАШЕЛЬ



ОЩУЩЕНИЕ НЕДОМОЖНОСТИ,
СЛАБОСТЬ



ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ
РАСТРОЙСТВА



ОТЕКОСКОПИ

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



СДЕЛАЙТЕ ПРИБИВКУ
ОТ ГРИППА



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ



РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ
РУКИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ
МАСКИ



ОТКАЗЫВАЙТЕСЬ ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ
ОТ ПЕЧАТНЫХ ПРИКАЗОВ ИЛИ
В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ИЗБАГАЖЬТЕ КОНТАКТОВ
С ЗАБОЛЕВШИМИ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ



СОБЛЮДАЙТЕ
ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ
САМОЛЕЧЕНИЕМ



ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ
ЖИДКОСТИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ КАШЛЕ И ЧЕХАНИИ



РЕГУЛЯРНО
ПРОВЕТРИВАЙТЕ
ПОМЕЩЕНИЕ

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

КАК ПРОДЕЗИНФИЦИРОВАТЬ ГАДЖЕТЫ

МОБИЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН МОЖЕТ ЯВЛЯТЬСЯ ОДНИМ ИЗ ГЛАВНЫХ ИСТОЧНИКОВ БАКТЕРИЙ И ВИРУСОВ – ВОЗБУДИТЕЛЕЙ САМЫХ РАЗЛИЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ.



ПОЧЕМУ ЭТО ПРОИСХОДИТ? ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО ОСНОВНЫХ ПРИЧИН:

- мобильный телефон часто передается из рук в руки, да и владелец телефона далеко не всегда берет его только что мытыми руками;



- мобильный телефон при разговоре подносится совсем близко к лицу;
- многие владельцы гаджетов просто никогда их не чистят, боясь повредить;



- многие берут мобильные телефоны с собой в туалет – место очень «богато» различными возбудителями.

Особую важную роль может сыграть мобильный телефон как переносчик возбудителей гриппа, других вирусных респираторных инфекций и, в частности, коронавирусной инфекции COVID-19.

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru

КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ?



1. СТРОГО СОБЛЮДАТЬ ГИГИЕНУ РУК – после посещения общественных мест и туалета всегда тщательно мыть руки в течение 20 секунд, после чего хорошо вытирать их одноразовыми бумажными полотенцами. Крайне целесообразно иметь при себе антисептические салфетки или жидкие средства (гели, спреи и др.). Так всегда можно поддерживать чистоту рук даже при отсутствии возможности их вымыть.



2. РЕГУЛЯРНО ОБРАБАТЫВАТЬ САМ ТЕЛЕФОН АНТИСЕПТИЧЕСКИМИ СРЕДСТВАМИ, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол – то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно (а лучше вообще обходиться без него).

Для борьбы с вирусами гриппа и ОРВИ (и коронавирусами) лучше всего использовать салфетки и гели на основе спирта.

Телефон следует обрабатывать после каждого посещения публичных мест, общественного транспорта и т. д. И обязательно – вечером, после окончания рабочего дня.

COVID-19

МАСКИ – ЭТО СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ БАРЬЕРНОГО ТИПА

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

Медицинскую одноразовую маску после однократного использования можно выбросить как обычный бытовой мусор



Многоразовая маска не является медицинским изделием, ее можно использовать повторно только после специальной обработки



ВАЖНО! Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики (избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов), и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях

СТОП COVID-19

ТИПЫ АНАЛИЗОВ НА КОРОНАВИРУС

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА: 8-800-555-49-43

Вид лабораторного исследования	МОЛЕКУЛЯРНАЯ ДИАГНОСТИКА	АНАЛИЗ НА ВИРУСНЫЕ АНТИГЕНЫ	АНАЛИЗ НА АНТИТЕЛА (IgM и IgG)	ЭКСПРЕСС-АНАЛИЗ НА АНТИТЕЛА
Метод	Получаются данные о наличии вирусной РНК в биологическом материале (ПЦР) и полимеразная цепная реакция (ПЦР)	Иммуноферментный анализ (ИФА)	Иммуноферментный анализ (ИФА), Иммунохемилюминесцентный анализ (ИХЛА)	Иммуноферментный анализ (ИФА)
Формат ответа	качественный	качественный	качественный, количественный	качественный
Вид биоматериала	Мазок из носа и глотки	Мазок из носа и глотки	Кровь, слюна	Точка, слезноconjunctival, слюна
Что показывает тест	Выявляет наличие вирусной РНК в мазке (показывает наличие вируса). Сам тестирование является лабораторным исследованием.	Выявляет наличие вирусных антигенов в мазке (показывает наличие вируса). Сам тестирование является лабораторным исследованием.	Тест на наличие вирусных антигенов или антител (IgM и IgG) в крови, слюне, моче и других биологических жидкостях. Выявляет наличие вирусных антигенов (IgM и IgG) или антител (IgM и IgG) в крови, слюне, моче и других биологических жидкостях. Кроме того, определяют уровень вирусной нагрузки (титр) в крови.	Тест на наличие вирусных антигенов или антител (IgM и IgG) в слезе, слезноconjunctival, слюне, моче и других биологических жидкостях. Выявляет наличие вирусных антигенов (IgM и IgG) или антител (IgM и IgG) в слезе, слезноconjunctival, слюне, моче и других биологических жидкостях.
Назначение и применение исследования	Диагностика коронавирусной инфекции (в том числе у контактных лиц)	Диагностика коронавирусной инфекции (в том числе у контактных лиц)	Установление факта присутствия вирусной РНК в биологическом материале. Диагностика коронавирусной инфекции в лаборатории (ИФА, ИХЛА, ПЦР). Уровень вирусной нагрузки (титр) вирусной РНК в биологическом материале.	Ограниченное факт присутствия вирусных антигенов в биологическом материале. Исторические исследования (анализы в лаборатории ИФА, ИХЛА, ПЦР).
Особенности и ограничения	Точный тестовый результат не возможен ранее лабораторного исследования. В ряде случаев требуется повторное исследование.	Точный тестовый результат не возможен ранее лабораторного исследования.	В последние время тесты более точны, позволяют не только выявить наличие вирусной РНК, но и определить уровень вирусной нагрузки (титр) в крови, слюне, моче и других биологических жидкостях. Метод является наиболее эффективным методом.	В последние время тесты более точны, позволяют не только выявить наличие вирусных антигенов (IgM и IgG) или антител (IgM и IgG) в слезе, слезноconjunctival, слюне, моче и других биологических жидкостях. Метод является наиболее эффективным методом исследования.



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К СДАЧЕ ПЦР-ТЕСТА НА COVID-19

Достоверность результата ПЦР-теста на COVID-19 зависит от соблюдения правил взятия мазка, при условии тщательной подготовки пациента к исследованию.



ОТКУДА БЕРУТ МАЗКИ ДЛЯ ПЦР-ТЕСТА НА COVID-19?
Для исследования мазки берут с поверхности миндалин, небных дужек и задней стенки ротоглотки. При отборе пробы из носоглотки зонд вводят по наружной стенке носового хода на достаточную глубину.



МОЖНО ЛИ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ В НОС И ГОРЛО ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?
Нельзя использовать лекарственные средства для местного применения (капли, спреи и др.) до проведения исследования.



МОЖНО ЛИ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?
Не рекомендуется чистить зубы перед исследованием и применять любые очищающие средства для полости рта, в том числе зубную пасту.



МОЖНО ЛИ ЕСТЬ ИЛИ ПИТЬ ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?
По инструкции к наборам для ПЦР-исследования на РНК SARS-CoV-2 взятие мазков рекомендуется проводить не раньше 3-4 часов после последнего приема пищи. Перед исследованием также не рекомендуется пить воду.



МОЖНО ЛИ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?
Не рекомендуется употреблять алкоголь перед исследованием, так как после приема алкоголя вероятность выявления коронавируса в мазке может снизиться.



МОЖНО ЛИ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КОСМЕТИКОЙ ДЛЯ ГУБ ПЕРЕД ИССЛЕДОВАНИЕМ?
Не рекомендуется наносить декоративную косметику для губ до проведения процедуры отбора проб биоматериала на исследование.

ВАЖНО!



Минимум за 3 часа до взятия мазков из ротоглотки (зев) нельзя: употреблять пищу, пить, чистить зубы, полоскать рот/горло, использовать спрей-освежитель для ротовой полости, жевать жевательную резинку, курить.



Минимум за 3 часа до взятия мазков из носоглотки нельзя: промывать нос, использовать спрей, капли, мази для носа.



За два дня до взятия мазка рекомендуется отказаться от употребления спиртных напитков.

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru