

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Тотемский территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере
защиты прав потребителей и благополучия человека по Вологодской области
161300, Вологодская область, г. Тотма, ул. Советская, дом 38,
тел. (81739) 2-23-83, факс 2-42-08, E-mail: to-tot@vologda.ru, <http://35/rospotrebnadzor.ru/>

от 06.09.2024 № 35-15/22-22507-2024

Начальнику Управления образования
администрации Тотемского
муниципального округа
Горчаговой В.С.

Начальнику Управления образования
администрации Бабушкинского
муниципального округа
Репницыной Н.В.

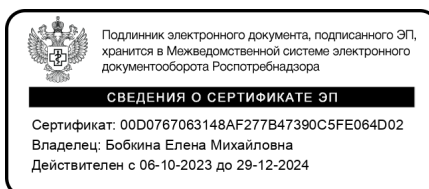
Начальнику Управления образования
администрации Нюксенского
муниципального округа
Согриной Т.И.

Начальнику Управления образования
администрации Тарногского
муниципального округа
Решетникову П.А.

Статья на сайт

Тотемский территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области предлагает разместить на сайтах и в соцсетях статью: **«Посещая детский коллектив, главное – не заболеть».**

Врио начальника
Тотемского территориального
отдела



Е.М.Бобкина

Ползикова К.А.
8(81739) 2-42-08



Посещая детский коллектив, главное – не заболеть

Организованный детский коллектив - важная составляющая жизни каждого ребенка. В период посещения школы или детского сада родители еще больше пытаются оградить своих детей от инфекций, с которыми они могут столкнуться, посещая секции, занятия или праздники, где присутствует много других детей.

Исключить вирусы и микробы полностью из жизни ребенка не получится, да и в этом нет необходимости. Они нужны иммунной системе для нормального ее развития. Сталкиваясь с ними, иммунные клетки учатся правильно реагировать и эффективно побеждать.

Один из «критических этапов» развития иммунной системы приходится на дошкольный возраст. Несмотря на то, что уровень антител в этот период уже достигает взрослых показателей, местный иммунитет слизистых оболочек дыхательных путей остается недостаточным. Вирусы легко могут проникнуть в организм ребенка и вызвать острую респираторную инфекцию.

Передача респираторных заболеваний обычно происходит воздушно-капельным путем. То есть, частички слюны или отделяемого из носа больного человека, разлетаются вокруг во время чихания или кашля. Какое-то время вирусы могут находиться в воздухе, но затем оседают на поверхностях и окружающих предметах. Ребенок может потрогать эти поверхности руками, после этого потереть глаза или нос, облизать пальцы, способствуя этим попаданию вирусов и других микроорганизмов в свой организм. Среди инфекций есть те, которые переносятся легко, а есть те, которые опасны своими осложнениями.

Чтобы предотвратить или уменьшить риск заражения респираторными вирусными и другими инфекциями, придерживайтесь ряда правил:

1. Соблюдайте правила личной гигиены: по возможности мойте руки теплой водой с мылом; носите с собой антисептик или антисептические салфетки; не позволяйте детям в общественных местах тереть грязными руками нос, глаза; на детских праздниках следите, чтобы у детей были свои отдельные чашка, ложка, вилка, которыми они не меняются между собой; не приводите ребенка на праздник, в сад, кружок, секцию или любое массовое мероприятие при наличии у него симптомов недомогания.
2. Вакцинируйтесь. Помимо вакцинации по обязательному календарю прививок, ежегодно вакцинируйтесь от вируса гриппа. Вирус опасен развитием тяжелых осложнений. Существует вакцина, способная защитить от данного заболевания или заметно облегчить течение болезни. Прививку нужно делать заблаговременно, в сентябре или октябре. В первую очередь она показана детям, находящимся в группе риска.
3. Соблюдайте режим дня и придерживайтесь правильного питания. Правильный режим дня и полноценное питание дает ребенку силы, а организму легче справиться с попавшими в него возбудителями болезни. Если организм ребенка ослаблен, он хуже справляется со своими «обязанностями».

[#РоспотребнадзорВологодскаяОбласть](#)
[#Санпросвет#профилактика_гриппа](#)

*Тотемский территориальный отдел
Управления Роспотребнадзора по Вологодской области*





О ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ



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



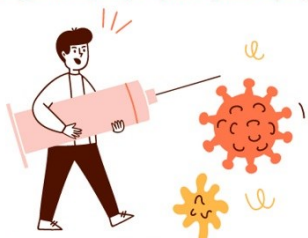
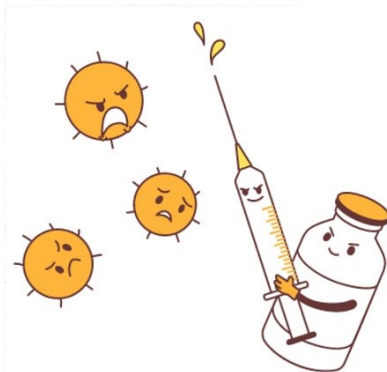
Роспотребнадзор напоминает, что оптимальное время для проведения вакцинации против гриппа период с сентября по ноябрь.

КАКИЕ ЦЕЛИ ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА?

Главная цель вакцинации против гриппа — защитить людей от массового и неконтролируемого распространения инфекции, от эпидемии гриппа. Важно понимать, что, вакцинируя население, врачи спасают жизни тем, кто рискует умереть от осложнений. В группы риска входят маленькие дети, у которых иммунитет находится в процессе формирования, пожилые люди, также те, кто страдает хроническими заболеваниями, и особенно люди с иммунодефицитными состояниями.

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

Вирус гриппа распространяется очень быстро. Если большинство людей привито, у меньшинства тех, кто не привит по тем или иным причинам, шансы заразиться минимальны. Именно для этого создается коллективный иммунитет. Вакцинированное население не дает распространяться вирусу.



ЗАЧЕМ ДЕЛАТЬ ПРИВВКУ КАЖДЫЙ ГОД?

Ежегодное проведение прививок объясняется постоянной изменчивостью (мутацией) вирусов гриппа. В связи с этим состав вакцин обновляется по мере необходимости на основании сведений о циркулирующих в Южном полушарии штаммов и прогнозов по их распространению, чтобы иммунитет соответствовал изменяющимся вирусам гриппа.

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

Этот факт подтверждает необходимость проведения вакцинации против гриппа ежегодно. Во-первых, штаммы вирусов меняются очень быстро. Во-вторых — иммунный ответ организма на вакцинацию ослабевает с течением времени. В вашем случае вакцинация трехлетней давности никакой защиты для организма не обеспечивает.

МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ОТ ВАКЦИНЫ?

Заболеть гриппом от вакцины невозможно. Некоторые привитые плохо себя чувствуют некоторое время после вакцинации. Такая реакция встречается не часто, она представляет собой ожидаемый вариант реакции организма на вакцину. Может беспокоить слабость, ломота в мышцах, подъем температуры, 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 сигнализировать о том, что организм вступил в борьбу с введенными вирусными частицами и в данный момент происходит выработка антител. Таким образом, иммунная система готовит защиту организма от вирусов гриппа.

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

ЕСЛИ Я СДЕЛАЮ ПРИВВКУ ПРОТИВ ГРИППА, ЗАБОЛЕЮ ЛИ Я ГРИППОМ?

Даже если вы заболеете гриппом, будучи привитым против гриппа — вы скорее всего перенесете заболевание в легкой форме, без осложнений и быстро выздоровеете, с этой целью и проводится вакцинация. Вакцина практически исключает тяжелое течение гриппа и летальные исходы. Вакцины против гриппа безопасны.

ЗАЩИТИТЕ ОТ ГРИППА СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

