**КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА!**

Известно, что грипп и острые респираторные вирусные инфекции ( ОРВИ)-самые распространенные в мире инфекционные заболевания. Но если большинство ОРВИ протекает относительно легко, то грипп зачастую дает тяжелую клиническую картину:температура тела достигает 39-40 градусов, сильный озноб с обильным потоотделением, боль и ломота в мышцах, сильные головные боли.Вирус гриппа передается от человека к человеку воздушно –капельным путем. Уберечься от инфицирования гриппозной инфекцией во время эпидемии гриппа очень трудно. Мало того, что грипп делает человека нетрудоспособным на какой то период времени, выраженные осложнения со стороны разных систем и органов затрудняют лечение гриппа. Каждый год эпидемия гриппа уносит не одну тысячу человеческих жизней. Ежегодно вирус гриппа мутирует, т.е. видоизменяется. Поэтому невозможно, один раз переболев, получить пожизненный иммунитет. Для того чтобы уберечь себя и близких от заболевания в период эпидемии конечно же, необходима профилактика гриппа. Методов иммунопрофилактики много, но самым эффективным методом профилактики гриппа является вакцинация, или прививка.Она вызывает специфический иммунитет против гриппа, имеет высокую эффективность и применяется у взрослых и детей. Вакцинация позволяет снизить риск заболевания и осложнений в среднем в 2 раза. У привитых, в случае из заболевания, оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений. Вакцинопрофилактика может применяться у маленьких детей ( с 6-ти месячного возраста). Современные вакцины не содержат « живой вирус» и относятся к более безопасным и эффективным. Вакцина стимулирует образование в организме человека антител против вирусов гриппа. К сожалению, количество антител постепенно падает, и через 6-12 месяцев этих противогриппозных антител остается крайне мало. Вот почему вакцинопрофилактику –прививку против гриппа- надо повторять ежегодно. После проведения вакцинопрофилактики гриппа риск заражения ОРВИ , куда входит и грипп, резко снижается. Весь спектр гриппозных вакцин прошел регистрацию в России и разрешен к применению. Состав вакцин ежегодно изменяют в соответствии со штаммами вирусов гриппа, которые будут актуальны в данном эпидсезоне. Прививка от гриппа входит в Национальный Календарь проф. прививок и остается « обязательной».**ВСЕ ЖЕЛАЮЩИЕ МОГУТ ПРИВИТЬСЯ ОТ ГРИППА В ПРИВИВОЧНОМ КАБИНЕТЕ ПОЛИКЛИНИКИ С 9 ДО 16 ЧАСОВ.**