

# Методические материалы по профилактике гриппа и ОРВИ

Грипп до сих пор остается наиболее массовой, повсеместно распространенной инфекцией, которая быстро распространяется, вызывая сезонные эпидемии.

По данным ВОЗ ежегодно в период эпидемического распространения гриппом заболевает каждый 3-5-й ребенок и 5-10-й взрослый.

Массовая иммунизация населения против гриппа, наряду с комплексом других профилактических и противоэпидемических мероприятий, позволяет существенно снизить интенсивность эпидемического процесса гриппа.

**Грипп** – это острая вирусная инфекционная болезнь с аспирационным (аэрозольным) механизмом передачи возбудителя.

Путь передачи инфекции преимущественно - воздушно-капельный.

Выделение вируса со слизистых инфицированного происходит во время чихания, разговора, кашля. В большой концентрации вирус может находиться во взвешенном состоянии несколько минут.

Существует вероятность контактной передачи вируса через предметы обихода, детские игрушки, посуду, белье.

Высокая контагиозность и постоянная мутация вируса приводят к появлению новых подтипов, против которых у людей нет иммунитета.

## **Характеристика возбудителя.**

Возбудитель гриппа - РНК – содержащий вирус. По антигенной характеристике различают 3 серологических типа вируса гриппа – А, В и С.

Основные возбудители эпидемий гриппа у людей – вирусы типа А (обладают наибольшей изменчивостью) и вирусы типа В.

**Вирус гриппа А** поражает человека, млекопитающих и птиц, **вирусы гриппа В и С** – только человека.

Вирус типа А, в отличие от вирусов типа В и С обладает значительной изменчивостью поверхностных антигенов.

Вирусы гриппа могут сохраняться до 3 недель при температуре 4°C, при нагревании до 50-60°C инактивируется в течение нескольких минут. При действии дезинфицирующих растворов инактивируется мгновенно, высоко чувствителен к воздействию ультрафиолетовых лучей.

Источник инфекции – больной гриппом человек.

Заразным он становится к концу инкубационного периода, который обычно составляет 2 - 3 суток, однако, может колебаться от 1-7 суток.

При развитии болезни наиболее заразным больной становится в первые 2-5 суток. В некоторых случаях период заразительности может удлиниться до 10-го дня болезни.

Наиболее опасны в плане передачи инфекции больные с легким течением и стертыми формами формами.

## **Клиническая картина**

Грипп характеризуется острым началом, лихорадкой, общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.

Особое внимание следует обратить на течение гриппа у детей. Дети младшего возраста особенно подвержены раннему молниеносному развитию осложнений гриппа. Наиболее часто у них диагностируют пневмонию, которая может развиваться в первые дни болезни.

## **Осложнения гриппа**

**Часто при гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, могут развиваться осложнения:**

- лёгочные (пневмония, бронхит). Пневмония - причина большинства смертельных случаев от гриппа;
- со стороны ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит);
- со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит);
- со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты);

Предотвратить развитие осложнений можно, своевременно начав профилактику гриппа и соблюдая назначенное лечение заболевания.

## **Пневмония – наиболее частое осложнение гриппа.**

- **Вирусная пневмония** - развивается в первые 2 дня от начала заболевания. Всегда протекает тяжело. Основные симптомы -интоксикация и синдром острого вызванного вирусом повреждения лёгочной ткани, который может трансформироваться в острый респираторный дистресс-синдром.
- **Вирусно-бактериальная пневмония** развивается на 1-ой неделе заболевания. Наиболее частыми ее возбудителями являются *Streptococcus pneumoniae* (48 % случаев), *Staphylococcus aureus* (19 %), реже *Haemophilus influenzae*.
- **Бактериальная пневмония** развивается на 2-ой неделе заболевания.

Летальные исходы от гриппа чаще всего связаны с поздним обращением или необращением за медицинской помощью, с отсутствием лечения и вакцинации, которая должна проводиться в предэпидемический период.

## **Иммунитет после перенесенного заболевания**

Постинфекционный иммунитет типоспецифичен. При гриппе А сохраняется не менее 3 лет, при гриппе В - 3-6 лет.

## **Диагностика гриппа**

Материал для исследования - мазки из полости носа и ротоглотки (ПЦР).

**Дифференциальная диагностика** гриппа проводится с ОРВИ не гриппозной этиологии, менингококкцемией, менингитами, ротавирусной, норовирусной (у детей раннего возраста), энтеровирусной инфекциями.

## **Показания к госпитализации:**

- Тяжелые формы гриппа.
- Среднетяжелые формы гриппа с осложненным течением.
- Новорожденные дети.

## **Угрожающие признаки тяжёлого течения гриппа, требующие мероприятий в условиях ОРИТ:**

- Появление кашля с примесью крови в мокроте, боли или тяжесть в груди.
- Нарастание цианоза и одышки в покое, ухудшение показателей пульсоксиметрии.
- Усиление геморрагического синдрома.
- Изменения психического состояния, спутанность сознания, возбуждение, судороги.
- Многократная рвота.
- Снижение артериального давления и уменьшение мочеотделения.
- Сохранение высокой лихорадки (более 4-5 суток) с невосприимчивостью к жаропонижающим средствам и развитием тяжелых осложнений.

## **Профилактика гриппа**

### **Нормативная документация:**

**СП 3.1.2.3117-13 "Профилактика гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций".**

**Структура профилактической работы при гриппе и других ОРВИ.**

### **Предэпидемический период**

Профилактики гриппа среди населения заключается в **вакцинации** и проведении **санитарно-просветительной работы**.

Санитарно-просветительная работа заключается в проведении тематических лекций, семинаров, конференций, ответов на вопросы, раздаче методических материалов, буклетов, памяток.

В поликлиниках в обязательном порядке должна проводиться вакцинация персонала, занятия с врачами по диагностике и лечению гриппа и ОРВИ, а также обеспечение запаса одноразовых средств профилактики инфекционных заболеваний (масок).

Персонал неинфекционных стационаров, также как и персонал поликлиник, должен быть вакцинирован, информирован о способах профилактики гриппа, а также уметь проводить санитарно-просветительную работу с пациентами по профилактике гриппа в стенах учреждения.

## **Период эпидемического подъема**

### **Население:**

- Санитарно-просветительная работа в СМИ, «горячие линии».
- Раннее обращение за медицинской помощью.

### **Поликлиника:**

- Работа персонала в масках с целью избежания распространения инфекции.
- Расширение регистратуры и дополнительные телефонные линии.
- Увеличение количества врачей по оказанию помощи на дому.
- Должен быть организован отдельный вход для пациентов с повышенной температурой тела.

### **Неинфекционные стационары:**

- Санитарно-просветительская работа
- Фильтр для поступающих больных
- Изоляция заболевших гриппом
- Запрет посещения больных (карантин)
- Проветривание и ультрафиолетовое облучение палат.

**В эпидемическом очаге гриппа и других ОРВИ рекомендуется соблюдать следующие мероприятия:**

**В отношении источника инфекции:**

- Госпитализация, изоляция.

**В отношении снижения риска передачи инфекции:**

- Проветривание
- Влажная уборка с применением дезинфицирующих средств
- Ультрафиолетовое облучение

- Кипячение белья, посуды, полотенец

В отношении контактных лиц:

- Медицинское наблюдение
- 2-кратная термометрия в сутки
- Раннее выявление и изоляция заболевших.

### **Вакцинация:**

Основным действенным методом профилактики гриппа является вакцинация, которая, с учетом мутации вируса, типоспецифичности постинфекционного иммунитета, осуществляется ежегодно.

Вакцинация проводится в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям, утвержденному Приказом Министерства здравоохранения РФ от 21 марта 2014 г. №125н, с изменениями от 16.06.2016 № 370 н.

Главная цель вакцинации против гриппа - защита населения от массового и неконтролируемого распространения инфекции, от эпидемии гриппа. Важно понимать, что вакцинируя население, врачи спасают жизни тех, кто рискует умереть от осложнений. В группы риска входят маленькие дети, у которых иммунитет находится в процессе формирования, пожилые люди, страдающие хроническими заболеваниями и люди с иммунодефицитными состояниями.

**Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно она показана:**

- детям с 6 месяцев
- учащимся 1 - 11 классов; обучающимся в профессиональных образовательных организациях
- взрослым, работающим по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы)
- беременным женщинам (независимо от триместра беременности)
- взрослым старше 60 лет
- лицам, подлежащим призыву на военную службу, военнослужащим
- лицам с хроническими заболеваниями легких, органов сердечно – сосудистой системы, с метаболическими нарушениями и ожирением.

Вакцинация детей до 9 лет, проводимая впервые, должна проводиться дважды с интервалом в 4 недели.

Вакцинация проводится бесплатно.

Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости.

Наиболее оптимальный период - с сентября по ноябрь. Иммунитет формируется примерно в течение 2-х недель.

### **Противопоказания к вакцинации от гриппа.**

- острые лихорадочные состояния,
- обострение хронических заболеваний,
- повышенная чувствительность организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

### **Состав вакцины.**

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

- вирус гриппа А (H1N1)
- вирус гриппа А (H3N2)
- и вирус гриппа В.

Существуют также вакцины, предназначенные для защиты от четырех вирусов гриппа («четырёхвалентные» вакцины). Они защищают от тех же вирусов, что и трехвалентная вакцина, и содержат дополнительный вирус В.

Рекомендуемый Всемирной организацией здравоохранения состав сезонных вакцин против гриппа для использования в сезоне 2018–2019 гг. в Северном полушарии:

- вирус, подобный A/Michigan/45/2015 (H1N1)
- вирус, подобный A/Singapore/INFIMH-16-0019/2016 (H3N2);
- вирус, подобный B/Colorado/06/2017 (линия B/Victoria/2/87);
- вирус, подобный B/Phuket/3073/2013 (линия B/Yamagata/16/88).

Первые три вирусных штамма входят в состав трехвалентных противогриппозных вакцин, последний – это дополнительный штамм, предназначенный для включения в четырехвалентные вакцины.

### **Регулярно выявляемые нарушения профилактики гриппа в ЛПО**

- Отсутствие проведения (проведение не в полном объеме) противоэпидемических мероприятий.
- Отсутствие прививок против гриппа у сотрудников
- Недостаточный охват иммунизацией против гриппа групп риска

- Нарушения требований к учету, регистрации и лабораторному обследованию больных гриппом.
- Нарушения ведения медицинской документации.

## Приложение

Методические материалы, в помощь при проведении санитарно-просветительной работы:

### 1. Грипп. Важность коллективного иммунитета (материал для работы с населением)



Грипп – чрезвычайно заразная вирусная инфекция с воздушно-капельным и контактно-бытовыми путями передачи.

Основной путь распространения инфекции – воздушно-капельный (от зараженного человека здоровому) – при чихании, кашле, во время разговора.

Всем известно, что вакцинация против гриппа – основной действенный способ профилактики заболевания.

Вакцинация против гриппа проводится в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 21 марта 2014 г. № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».

Вакцинация проводится ежегодно.

С учетом рекомендаций Всемирной организации здравоохранения охват прививками против гриппа в группах риска должен быть не менее 75%; охват прививками против гриппа населения в целом по стране и по субъектам Российской Федерации в отдельности - не менее 45%.

Оптимальным временем проведения прививок против гриппа является период с сентября по ноябрь, т.к иммунитет формируется примерно в течение 2-х недель .

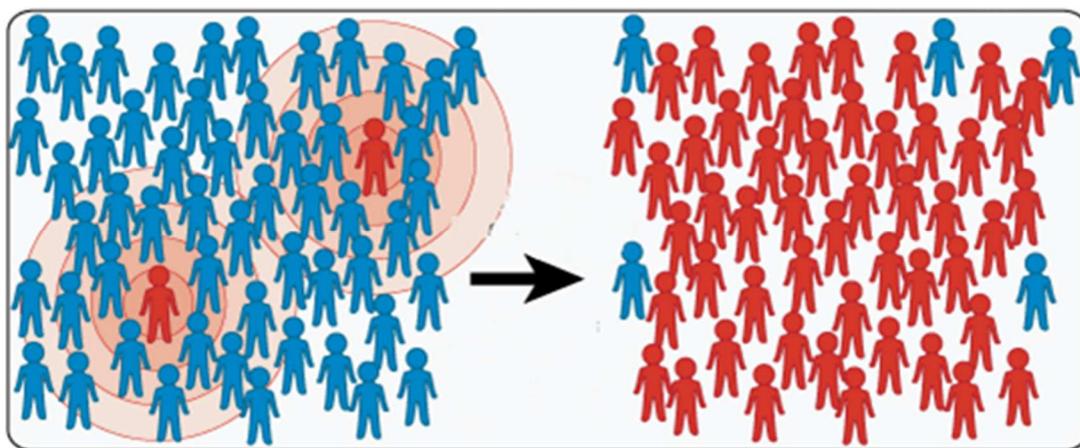
Иммунитет после проведенной прививки от гриппа должен успеть сформироваться до начала эпидемического подъема заболеваемости.

Вакцинация против гриппа снижает риск заболеваемости гриппом у детей и взрослых на 70-90%. В случае, если привитый человек инфицируется, – грипп протекает в легкой форме, риск развития осложнений минимален.

Вакцинация снижает распространение инфекции среди контактных лиц, а также риск формирования нового варианта вируса гриппа.

Чем больше людей привиты против гриппа, тем больше невосприимчивых к вирусу гриппа лиц среди населения. Чем выше коллективный иммунитет, тем меньше вероятность заболеть у человека, встретившегося с вирусом. При условии, что 90% людей привиты - остальные 10% не заболеют.

Итак, коллективный иммунитет защищает не только привитых, но и остальных группы населения, например тех, кто имеет противопоказания или медотвод от вакцинации (лица, с аллергической реакцией на куриный белок или иные компоненты вакцины, а также те, у кого отмечались сильная температурная или аллергическая реакция на предыдущую вакцинацию против гриппа).



Коллективный иммунитет снижает риск распространения вирусов гриппа.

## **2. Буклет о вакцинации против гриппа беременных.**



**Грипп** – одна из основных причин смертности во всем мире.

Грипп – острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое РНК-содержащим вирусом.

Клинические проявления гриппа у беременных женщин сходны с таковыми у населения в целом и включают лихорадку, кашель, заложенность носа, насморк, боль в горле, головную боль, одышку и боли в мышцах.

Для беременных грипп опаснее, чем для других женщин, так как первые более подвержены гриппу с тяжелым течением и развитию осложнений.

Ослабленный иммунитет во время

беременности повышает риск инфицирования.

У заболевших гриппом беременных женщин.

Осложнения гриппа опасны как для беременной, так и для жизни плода.

Чаще всего развиваются такие опасные осложнения как: пневмония, бронхит, пиелонефрит, сердечная недостаточность.

Лечение осложнений на ранних сроках беременности затруднено. В этот период происходит закладка органов и систем плода.

Инфицирование на ранних сроках беременности может привести к, развитию пороков, выкидышу, на поздних сроках – к внутриутробному инфицированию плода и мертворождению.

**Факторы риска развития осложнений и летальных исходов больных гриппом беременных женщин:**

- обострение бронхиальной астмы
- ожирение
- сахарный диабет
- поздние сроки беременности
- Надежная и безопасная защита от гриппа - вакцинация.

**Что дает вакцинация против гриппа во время беременности?**

- вакцина против гриппа во время беременности позволяет избежать инфицирования
- в случае инфицирования позволяет перенести заболевание в легкой форме без осложнений и опасности для здоровья и жизни плода
- передача антител против гриппа от матери плоду формирует пассивный иммунитет у ребенка (защита ребенка до 6 месяцев жизни)

**В России вакцинация беременных против гриппа проводится ежегодно в рамках Национального календаря профилактических прививок.**

Вакцинация беременных проводится независимо от триместра беременности.

Вакцинация проводится бесплатно. Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости.

**Оптимальным временем проведения прививок против гриппа является период с сентября по ноябрь.**

**Может ли возникнуть реакция на введение препарата у беременных женщин, получивших прививки от гриппа?**

- болезненность, покраснение, отек в месте инъекции
- головная боль
- боль в мышцах
- тошнота
- Усталость

Как правило, данные реакции носят кратковременный характер (1-2 дня).

Вакцинация против гриппа не проводится беременным женщинам, имеющим аллергическую реакцию на белок куриного яйца, а также на ранее введенную вакцину против гриппа. Противопоказания к проведению вакцинации определяет врач.



**Может ли кормящая женщина быть вакцинирована против гриппа?**

Да, кормящие женщины могут получать вакцину против гриппа любого типа.

**Порядок проведения вакцинации**

Акушер-гинеколог, ведущий беременность, информирует беременную о необходимости проведения вакцинации и направляет ее к терапевту. Под контролем врача-терапевта, после оценки состояния здоровья беременной, проводится вакцинация в условиях прививочного кабинета поликлиники. Данные о проведенной вакцинации вносятся в обменную карту беременной.

**Иммунизация против гриппа позволяет предупредить возникновение заболевания**

г.Москва,  
1-й Смоленский пер.  
д.9, стр.1 cgon@cgon.ru,  
тел.8 (499) 2418628



**Вакцинация против гриппа во время беременности**



ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения»  
Федеральной службы по надзору  
в сфере защиты прав потребителей и  
благополучия человека  
г.Москва, 1й Смоленский пер д 9, стр.1  
cgon@cgon.ru, тел.8 (499) 2418628

### 3. Памятка школьнику по профилактике гриппа.

## Как защититься от гриппа

### Способы защиты

- ✓ Тщательно мой руки, как только вернулся домой, а также перед едой, после туалета
- ✓ Мой руки после кашля, высмаркивания
- ✓ Если нет возможности вымыть руки с мылом, используй влажные салфетки или антисептический гель
- ✓ Не трогай глаза, нос, рот грязными руками
- ✓ Занимайся физкультурой, высыпайся
- ✓ Следи за тем, чтобы в комнате всегда был свежий воздух
- ✓ Реже посещай места скопления людей во время эпидемии
- ✓ Используй медицинскую маску, находясь рядом с заболевшим
- ✓ Избегай контактов с заболевшими

### Заболев:

- ✓ Оставайся дома  
Иначе, ты можешь заразить окружающих или болезнь будет длиться дольше

ФБУЗ  
«Центр гигиенического образования населения»  
Роспотребнадзора  
Адрес: 121099, г. Москва, 1-й Смоленский переулок, дом 9, стр. 1  
Тел.: 8 (499) 241-86-28



### Сделать прививку!

**Прививка – это наиболее эффективное средство**

Прививка делается заранее.

Чтобы не заболеть зимой, прививку нужно сделать осенью

**с сентября по ноябрь**



## ЗАЩИЩАЕМСЯ ОТ ГРИППА

Вирусы есть везде.



Они настолько малы, что мы не сможем их увидеть без микроскопа.

Когда заболевший человек кашляет, чихает, разговаривает, вирусы разносятся вокруг с каплями слюны.

Здоровый человек, вдыхая вирусы, заражается.

### Как еще можно заразиться гриппом?

Прикоснувшись к любой твердой поверхности (стол, стул, дверная ручка, телефон, игрушка, на которых остались вирусы);



Трогая лицо грязными руками.  
На грязных руках очень много микробов

Вирусы могут оставаться живыми более 2 часов на любых поверхностях!

### Симптомы:

- ✓ Высокая температура
- ✓ Головная боль, усталость
- ✓ Ломота в теле



- ✓ Заложенность носа или насморк, першение в горле
- ✓ Покраснение глаз

**Вакцинация - единственный надежный способ защиты от гриппа!**