***Консультация для родителей***

***на тему:***

**«Профилактика острых респираторных заболеваний»**



В связи с наступлением периода, когда наиболее распространены респираторные заболевания, проводится профилактика гриппа

***Грипп* -** чрезвычайно заразное острое вирусное заболевание. Основными симптомами являются озноб, головная боль, слабость, мышечные боли, первоначально сухой мучительный кашель, заложенность носа, явления конъюнктивита (воспаление прозрачной оболочки, покрывающая глазное яблоко и веки со стороны глаза) и склерита (воспаление "белка глаза").

Возможны боли в животе, тошнота и рвота. В тяжелых случаях заболевание проявляется ярко выраженной интоксикацией, осложнениями со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нередко с развитием отека легких, приводящего к летальному исходу. В группу особо высокого риска тяжелого течения гриппа входят лица с хроническими легочными заболеваниями, пороками и другими болезнями сердца.

Отличие гриппа от простуды:

Симптомы гриппа очень похожи на симптомы простудных заболеваний. В данной таблице приведены основные отличия. Однако стоит особо подчеркнуть, что окончательный диагноз "грипп" может поставить только врач.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Симптомы** | **Грипп** | **Простуда** |
| Начало | Внезапное | Постепенное |
| Температура | Всегда. Высокая температура держится 3-4 дня | Редко |
| Кашель | Сухой, может быть сильным | Легкое покашливание |
| Головная боль | Часто | Редко |
| Боли в мышцах | Часто, как правило сильные | Слабые |
| Слабость | Может длиться 2-3 недели | Легкая |
| Недомогание, упадок сил | Возникают рано и резко выражены | Нехарактерны |
| Неприятные ощущения в грудной клетке  Заложенность носа | Часто  Иногда | Выражены слабо или умеренно  Часто |
| Чихание | Иногда | Часто |
| Боли в горле | Иногда | Часто |

Основным методом профилактики против множества инфекционных заболеваний (в том числе и при гриппе) является активная иммунизация - вакцинация. В процессе вакцинации в организм вводят частицу инфекционного агента (это может быть ослабленный или убитый возбудитель болезни, или же его части). Вирус, содержащийся в вакцине, не может вызвать заболевание, но может стимулировать организм к выработке антител. Поэтому, когда в организм попадает "дикий" штамм вируса, то не нужно время для выработки антител - они уже есть после вакцинации. Антитела связываются с вирусом и, таким образом, предотвращают инфицирование клетки и размножение вируса. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала.

Несмотря на большое количество данных, подтверждающих эффективность современных гриппозных вакцин и свидетельствующих о все более широком применении вакцин в последние годы, многие больные, относящиеся к группам повышенного риска, остаются неохваченными ежегодной вакцинацией, вопреки рекомендациям специалистов.

Недостаточно широкое применение вакцинации объясняется, в частности, сомнениями относительно безопасности вакцин, порожденными неправильной интерпретацией имеющихся фактов.

Инактивированные вакцины не содержат живых вирусов и поэтому не могут вызвать заболевание гриппом. Так как вакцинация проводится в осенний период, когда наиболее распространены респираторные заболевания, вакцинируемый может после вакцинации заболеть – это является совпадением и никак не связано с прививкой.

Вакцинацию против гриппа можно проводить в любое время года, но лучше начинать ее осенью, перед началом гриппозного сезона. В дополнение к этому необходимо учесть срок в 1 - 2 недели, необходимый для выработки иммунитета.

Прививку от гриппа логичнее всего делать в октябре-ноябре, когда эпидемия еще не началась. Иммунитет вырабатывается примерно 2 недели. Вакцинация во время эпидемии также эффективна, однако в период до развития иммунитета (7-15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами.

Прививка против гриппа защищает только от гриппа. Грипп, в отличие от других ОРВИ, опасен не только сам по себе (хотя иногда протекает в сверхтяжелой форме, когда спасти, да и то не всегда, может только госпитализация), а своими осложнениями, среди которых такие грозные как пневмония, менингит, энцефалит, миокардит. Причем иногда эти осложнения проявляются впервые спустя недели, и даже месяцы после прекращения самого заболевания. Вакцинация позволяет избежать этого серьезного заболевания, а если заражение все-таки происходит, то болезнь протекает без осложнений и в легкой форме. Именно поэтому Всемирная организация здравоохранения рекомендует в качестве единственной реальной защиты от гриппа вакцинацию.