

Защитите своих детей. Делайте им прививки от гриппа каждый год.

Грипп. Руководство для родителей

Является ли грипп более опасным для детей?	Дети младенческого и раннего возраста подвергаются более серьезному риску заболевания гриппом в тяжелой форме. Поэтому Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health) рекомендует прививать от гриппа всех детей начиная с 6-месячного возраста.
Вакцина от гриппа может спасти жизнь вашему ребенку.	Большинство людей, заболевших гриппом, плохо себя чувствуют около недели, а затем их состояние улучшается. Но у некоторых, особенно у маленьких детей, беременных женщин, пожилых и людей, страдающих хроническими заболеваниями, болезнь может протекать в тяжелой форме. В некоторых случаях возможен даже летальный исход. Ежегодная вакцинация — лучший способ защитить ребенка от гриппа. Рекомендуется делать прививки ежегодно начиная с 6-месячного возраста.
Что такое грипп?	Грипп — это инфекционное заболевание дыхательных путей. Грипп распространяется от человека к человеку.
Кому необходима прививка?	<ul style="list-style-type: none">• Прививки можно делать детям начиная с 6-месячного возраста.• Детям младше 9 лет, проходящим вакцинацию впервые, необходимы две дозы.
Как еще я могу защитить своего ребенка?	<ul style="list-style-type: none">• Сделать прививку от гриппа себе.• Посоветовать людям, которые часто общаются с вашим ребенком, тоже сделать прививку. Это очень важно, если ваш ребенок младше 5 лет или у него есть хронические заболевания, например астма (заболевание дыхательных путей) или сахарный диабет (повышенный уровень сахара в крови). Поскольку детям младше 6 месяцев нельзя делать прививку, окружающие должны позаботиться о них и сами ежегодно проходить вакцинацию от гриппа.• Чаще мойте руки и прикрывайте рот, когда чихаете или кашляете. Лучше использовать бумажную салфетку и сразу ее выбрасывать. Если салфетки нет, при чихании и кашле прикрывайте рот верхней частью рукава, а не ладонью. Так вы предотвратите распространение микробов.• Попросите своих детей:<ul style="list-style-type: none">• Избегать общения с больными людьми.• Чаще мыть руки.• Не трогать лицо руками.• Прикрывать рот при чихании и кашле, чтобы защитить других людей.
Каковы признаки гриппа?	Грипп начинается внезапно. Большинство заболевших гриппом чувствуют сильную усталость, у них появляется высокая температура, головная боль, сухой кашель, боль в горле, насморк или заложенность носа и боль в мышцах. У некоторых людей, особенно у детей, могут возникать проблемы с желудком или диарея. Кашель может сохраняться на протяжении двух и более недель.

<p>Как распространяется грипп?</p>	<p>Люди, болеющие гриппом, обычно кашляют, чихают и страдают насморком. В каплях слюны и слизи, разлетающихся вокруг при кашле, чихании и насморке, содержится вирус гриппа. Другие люди могут заразиться гриппом, если эти капельки попадут им в рот или нос.</p>
<p>В течение какого времени больной гриппом может являться источником заражения?</p>	<p>Большинство здоровых взрослых могут являться источником заражения за день до проявления симптомов заболевания и до 5 дней с момента его начала. Дети и люди, хуже справляющиеся с болезнью (люди с ослабленным иммунитетом), могут оставаться источником заражения дольше.</p>
<p>Как заботиться о чистоте рук?</p>	<p>Мойте детям руки водой с мылом. Руки будут хорошо вымыты, если во время мытья вы успели дважды спеть песню «Happy Birthday». Если вымыть руки с мылом негде, используйте антисептический гель для рук. Его следует втирать в кожу до тех пор, пока руки не станут сухими.</p>
<p>Что делать, если мой ребенок заболел?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Проследите, чтобы ребенок пил много жидкости. Ему также необходим полный покой. • Обратитесь к поставщику медицинских услуг вашего ребенка, прежде чем давать ребенку лекарство, отпускаемое без рецепта. • Никогда не давайте ребенку или подростку аспирин или другие лекарственные средства, содержащие аспирин. Он может вызвать серьезные проблемы. • Если у вашего ребенка появились симптомы гриппа и он младше 5 лет или страдает каким-либо хроническим заболеванием, например астмой, диабетом, заболеванием сердца или легких, позвоните поставщику медицинских услуг. • Если вы обеспокоены болезнью ребенка, позвоните поставщику медицинских услуг.
<p>Если мой ребенок болен гриппом, может ли он ходить в школу или детский сад?</p>	<p>Нет. Если у ребенка грипп, ему следует оставаться дома и отдыхать. Это поможет предотвратить заражение вирусом гриппа других детей.</p>
<p>Когда мой ребенок сможет снова ходить в школу или детский сад после болезни?</p>	<p>Дети, заболевшие гриппом, должны оставаться дома, чтобы не контактировать с другими людьми. Ребенок может вернуться в школу или детский сад, когда у него не будет повышенной температуры в отсутствие жаропонижающих средств и если в течение последних 24 часов он чувствует себя хорошо. Напомните ребенку, что следует прикрывать рот при чихании и кашле, чтобы защитить других людей. Вы можете дать ребенку с собой бумажные салфетки и антисептический гель для рук, если в школе это допускается.</p>

Для получения дополнительной информации о гриппе посетите сайт health.ny.gov/flu

или www.cdc.gov/flu.

Центры профилактики и контроля заболеваемости (Centers for Disease Control and Prevention)



**Department
of Health**

Следите за нашими новостями на сайтах:

Facebook/NYSDOH
Twitter/HealthNYgov