



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПИЛОТНЫЙ ПРОЕКТ МИНЗДРАВА РОССИИ
«ПОСЛУШАЙТЕ, ДОКТОР»

Присоединяйтесь
[/poslushajte.doktor](#)
[/poslushajte_doktor](#)

ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ

- РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА** (38°)
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ**
- ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ**
- БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ В ГОРЛЕ**
- СУХОЙ КАШЕЛЬ И ЗАТРУДНЕННОЕ, УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ**
- СЛАБОСТЬ**
- ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (ГОШНОТА, РВОТА, ПОНОС)**
- БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ НА СВЕТ**

ПРОФИЛАКТИКА

- ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**
- РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ**
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**
- СВОЕВРЕМЕННО ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ***
- ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**
- ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ**

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:

- ОСТАВАТЬСЯ ДОМА И СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ**
- НЕ ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ, А ВЫЗВАТЬ ВРАЧА**
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**
- ОБИЛЬНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ**
- ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**
- ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ**

*Вакцинация от гриппа проводится начиная с 6-месячного возраста в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок (Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н (ред. от 16.06.2016) «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям»).



ВАЖНО! ПРИВИВКИ



Национальный календарь профилактических прививок* Российской Федерации по числу инфекций соответствует лучшим мировым практикам.

Сегодня он включает вакцинацию против **12** инфекционных заболеваний: корь • краснуха • полиомиелит • эпидемический паротит • туберкулез • столбняк • дифтерия • гепатит В • коклюш • гемофильная инфекция • пневмококковая инфекция • грипп.

БЕСПЛАТНО ДЛЯ ГРАЖДАН РОССИИ



ВОЗРАСТ

24

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

3-7

ТУБЕРКУЛЕЗ

1

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

2

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ



3

ВОЗРАСТ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

4.5

МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

6

МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,
СТОЛБНЯК
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

ГРИПП

Дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы); беременные женщины; взрослые старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.



12

ВОЗРАСТ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

15

МЕСЯЦ

ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

18

МЕСЯЦ

ПОЛИОМИЕЛИТ
ДИФТЕРИЯ, КОКЛУШ,
СТОЛБНЯК
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

20

ПОЛИОМИЕЛИТ



6

ВОЗРАСТ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ

6-7

ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ТУБЕРКУЛЕЗ

14

ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ

18

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
каждые 10 лет
от момента последней
ревакцинации

1-55

ВОЗРАСТ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
не привитые
ранее

1-25

ЛЕТ

КРАСНУХА
Дети от 1 года до 18 лет, женщины от 18 до 25 лет (включительно), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против краснухи

1-55

ЛЕТ

КОРЬ
Дети от 1 года до 18 лет (включительно) и взрослые до 35 лет (включительно), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори; взрослые от 36 до 55 лет (включительно), относящиеся к группам риска (работники медицинских и образовательных организаций, организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сферы; лица, работающие вахтовым методом, и сотрудники государственных контрольных органов в пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори

● первая вакцинация ● следующая вакцинация и ревакцинация ● вакцинация для групп риска**

* Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н: «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».
** Информация о принадлежности к группе риска вы можете получить у своего лечащего врача: педиатра или терапевта.



ОПАСНО! ГРИПП!

Грипп – это инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путём. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ ГРИППА



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ
ТЕЛА, ОЗНОБ**



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



**ЛОМОТА В МЫШЦАХ И
СУСТАВАХ, БОЛЬ В
ГЛАЗНЫХ ЯБЛОКАХ**



**ССАДНЕНИЕ/ЖЖЕНИЕ
В ГОРЛЕ**



СУХОЙ КАШЕЛЬ



**СЛАБОСТЬ, СНИЖЕНИЕ
АППЕТИТА, ТОШНОТА,
ВОЗМОЖНА РВОТА**

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



**СВОЕВРЕМЕННО
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ**



**ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**



**ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С
БОЛЬНЫМИ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ
ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**



РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, ТО НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА,
СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ
РЕЖИМ**



НЕМЕДЛЕННО ВЫЗВАТЬ ВРАЧА



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ
САМОЛЕЧЕНИЕМ!!!**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**



**УПОТРЕБЛЯТЬ БОЛЬШОЕ
КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ
(ТРАВЯНЫЕ ЧАИ, СОКИ, МОРСЫ)**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ
ПОМЕЩЕНИЕ, ПРОВОДИТЬ
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ, УВЛАЖНЯТЬ
ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИИ**