

С 15 сентября по 15 ноября 2011 года в Томской области проводится вакцинация против гриппа. Категории жителей Томской области, входящие в группу риска, могут привиться бесплатно — это дети с трех лет, дошкольники, школьники, студенты, медицинские работники, работники образовательных учреждений, служб жизнеобеспечения, а также лица старше 60 лет. Всего в этом году бесплатные прививки против гриппа получают 64 000 детей и 117 600 взрослых. Вакцины «Гриполл» и «Гриполл плюс», получаемые в этом году для профилактики сезонного гриппа поливалентны, то есть включают в себя несколько компонентов, в том числе штамм вируса А Н1N1.

Несмотря на то, что эпидемия гриппа еще не началась, на базе ОГУП «Областной аптечный склад» сформирован областной запас противовирусных лекарственных препаратов и средств индивидуальной защиты. В настоящий момент, все лечебно-профилактические и аптечные учреждения имеют достаточное количество и широкий диапазон противовирусных средств. Руководители фармацевтических учреждений взяли под личный контроль уровень цен на противовирусные препараты и средства индивидуальной защиты. Ежедневно на территории г.Томска и Томской области проводится мониторинг на наличие и стоимость лекарственных препаратов и средств индивидуальной защиты в аптечных организациях.



Напомним, что в 2010 году в Томской области было зарегистрировано 324 251 случая гриппа и ОРВИ. Более половины от всех заболевших, как и в предыдущие годы, составили дети до 17 лет — 226 018 человек. Гриппом переболел 630 человек. Зарегистрировано 3 случая с летальным исходом. По сравнению с эпидемией гриппа 2009 года в 2010 году смертность снизилась в 9 раз. Это, прежде всего, результат вакцинации. По информации начальника департамента здравоохранения Ольги Кобяковой в 2011 году, с учетом опыта предыдущих лет, готовность лечебно-профилактических и аптечных учреждений к ведению гриппа более высокая и принципиально иная. В лечебные учреждения города и области дополнительно приобретена необходимая аппаратура: аппараты для искусственной вентиляции легких, современные оксигенаторы, рентген аппараты, в том числе переносные. Усилена педиатрическая служба — увеличено число педиатрических бригад, изменена их маршрутизация. Также в диспетчерской службе станции скорой медицинской помощи появится консультант, который во время ожидания приезда бригады врачей, может проинформировать по вопросам лечения гриппа. Для лечения беременных женщин и детей выделены дополнительные койки, утверждены механизмы доставки этой группы пациентов.

В настоящий момент эпидемиологический порог не превышен.

Симптомы гриппа: температура 37,5-39°С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, кашель, насморк или заложенный нос, боль (першение) в горле.

Что делать при возникновении симптомов гриппа:

1. Оставайтесь дома, не заражайте окружающих.
2. Родители! Не отправляйте больных детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия.
3. При температуре 38-39°С вызовите участкового врача на дом либо бригаду «скорой помощи».
4. Употребляйте жидкости чаще, чем обычно (чай, морсы, компоты, соки).
5. При кашле и чихании прикрывайте рот и нос платком или салфеткой.

Не рекомендуется переносить грипп «на ногах».

Своевременное обращение к врачу и раннее начало лечения (первые 48 часов заболевания) снижают тяжесть течения болезни и риск осложнений.
При возникновении симптомов гриппа обратитесь к участковому врачу или вызовите скорую помощь.



— [Как вызвать врача на дом? Телефоны и адреса лечебно-профилактических учреждений Томска и Томской области](#)

— Как получить информацию о наличии и стоимости противовирусных препаратов?
Используйте [поиск ближайшей к дому аптеки: выберите Ваше местонахождение и район, затем нажмите кнопку «Поиск»](#)

Категории жителей Томской области, входящие в группу риска, могут привиться бесплатно:

- дети с трех лет,
- дошкольники,
- школьники,
- студенты,
- медицинские работники,
- работники образовательных учреждений, служб жизнеобеспечения,
- лица старше 60 лет.

Бесплатно привиться можно в поликлинике, к которой Вы прикреплены (как правило, по месту жительства, учреждение написано на полисе обязательного медицинского страхования).

Дополнительную информацию вы можете получить на сайтах:

Департамент здравоохранения Томской области <http://zdrav.tomsk.ru>

Управление здравоохранения администрации г. Томска <http://profilaktika.tomsk.ru>


Управление Роспотребнадзора по Томской области <http://70.rospotrebnadzor.ru>

— [Задайте вопрос о гриппе, на него оперативно ответят эксперты здравоохранения](#)

Осторожно: ГРИПП!

СИМПТОМЫ: температура 37,5 – 39°C, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, кашель, насморк или заложенный нос, боль (першение) в горле.

ПРОФИЛАКТИКА:

- 
1. Наиболее эффективная мера профилактики против гриппа – **ежегодная вакцинация** против гриппа до начала эпидемии.
 2. Сократите время пребывания в местах массового скопления людей.
 3. Избегайте тесных контактов с людьми, которые чихают, кашляют.
 4. Не прикасайтесь к глазам, носу, рту.
 5. Тщательно мойте руки с мылом, промывайте полость носа.
 6. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь, и делайте влажную уборку.
 7. Пользуйтесь маской в местах скопления людей.
 8. Употребляйте в пищу продукты, содержащие витамин С (клюква, брусника, лимон и др.), а также блюда с добавлением чеснока, лука.
 9. В случае появления заболевания гриппом в семье или рабочем коллективе рекомендуется начать прием противовирусных препаратов с профилактической целью (с учетом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Горячая линия «ГРИПП»

Департамент здравоохранения Томской области:
тел. 516-616
Управление здравоохранения администрации г. Томска:
тел. 8 913 803 3232

Дополнительную информацию вы можете получить на сайтах:
Департамент здравоохранения Томской области <http://zdrav.tomsk.ru>
Управление здравоохранения администрации г. Томска <http://profilaktika.tomsk.ru>
Управление Роспотребнадзора по Томской области <http://70.rospotrebnadzor.ru>

Осторожно: ГРИПП!

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ ГРИППА:



1. Оставайтесь дома, не заражайте окружающих.
2. Родители! Не отправляйте больных детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия.
3. При температуре 38 – 39°C вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи!
4. Употребляйте жидкости чаще, чем обычно (чай, морсы, компоты, соки).
5. При кашле и насморке прикрывайте рот и нос платком или салфеткой.

ПОМНИТЕ!

- не рекомендуется переносить грипп «на ногах»;
- своевременное обращение к врачу и раннее начало лечения (первые 48 часов заболевания) снижают риск развития осложнений гриппа: бронхиты, пневмонии, отиты, менингиты, энцефалиты, поражение сердца, почек и других внутренних органов и систем.

Горячая линия «ГРИПП»

Департамент здравоохранения Томской области:
тел. 516-616
Управление здравоохранения администрации г. Томска:
тел. 8 913 803 3232

Дополнительную информацию вы можете получить на сайтах:
Департамент здравоохранения Томской области <http://zdrav.tomsk.ru>
Управление здравоохранения администрации г. Томска <http://profilaktika.tomsk.ru>
Управление Роспотребнадзора по Томской области <http://70.rospotrebnadzor.ru>

— [Скачать памятку о гриппе:](#) [pdf, 350Kб]

Часто задаваемые вопросы о гриппе

1. Каковы основные симптомы гриппа у людей?

Симптомы гриппа: высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенный нос, ломота в теле, головная боль, озноб и чувство усталости. Часть больных, особенно с гриппом H1N1 отмечали также понос и рвоту. Возможны серьезные и даже смертельные случаи.

2. Насколько серьезно заболевание, связанное с вирусом гриппа H1N1?

В группу повышенного риска тяжелого течения гриппа входят: люди в возрасте старше 60 лет, дети до пяти лет, беременные женщины, а также люди любого возраста, страдающие хроническими заболеваниями сердца, легких, почек, сахарным диабетом, ожирением.

3. Как передается вирус гриппа?

Вирусы гриппа в основном передаются от человека к человеку во время кашля или чихания заболевших людей. Некоторые могут заболеть, прикоснувшись к предметам, на

которых находятся вирусы гриппа, а затем к собственному рту или носу.

4. Сколько времени необходимо для передачи этого вируса от инфицированного человека к другим людям?

Человек может быть заражен за 1 день до проявления симптомов и в течение 7 дней после начала заболевания. Дети, в особенности младшего возраста, могут быть потенциальными распространителями вируса в течение более длительного периода времени.

5. Как можно защититься от заражения?

Для защиты своего здоровья используйте следующие меры:

- Прикрывайте нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания.
 - Использованную салфетку выбрасывайте в мусор.
 - Промывайте полость носа.
 - Тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.
- Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.
- Не прикасайтесь к глазам, носу или рту. Инфекция передается именно таким способом.
 - Старайтесь избегать близкого контакта с заболевшими людьми.
 - Если вы заболели, оставайтесь дома в течение 7 дней после выявления симптомов или до тех пор, пока симптомы не будут выявляться в течение 24 часов, в зависимости от того, что продлится дольше. Это необходимо для предотвращения заражения других и дальнейшего распространения вируса.

6. Какой способ мытья рук оптимален, чтобы избежать заражения гриппом?

Частое мытье рук защитит вас от микробов. Для мытья рук используйте мыло или средство для обработки рук на основе спирта. Рекомендуется мыть руки — с мылом и в теплой воде — в течение не менее 15-20 секунд. При отсутствии мыла и воды можно использовать одноразовые салфетки, пропитанные средством для обработки рук на основе спирта, или дезинфицирующие гели. Их можно найти в большинстве супермаркетов и аптек. При использовании геля втирайте его в руки до полного высыхания. Для действия геля не требуется вода; содержащийся в нем спирт уничтожит микробы на ваших руках.

7. Что делать, если вы заболели?

Если у вас появились симптомы гриппоподобного заболевания, включая жар, ломоту в теле, насморк или заложенный нос, боль в горле, тошноту, рвоту или понос, оставайтесь дома и избегайте контакта с другими людьми, за исключением случаев, когда необходимо обратиться за медицинской помощью. Если вы серьезно больны или входите в группу высокого риска развития осложнений гриппа, вызовите врача.

8. Возможные симптомы тяжелого течения гриппа у детей:

- Учащенное или затрудненное дыхание
 - Синюшность кожных покровов
 - Отказ от достаточного количества питья
 - Сильная или непрекращающаяся рвота
 - Непробуждение или отсутствие реакции
 - Настолько возбужденное состояние, что ребенок сопротивляется, когда его берут на руки
 - Некоторое облегчение симптомов гриппа, которые затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем
- противопоказанием к использованию

вакцин против гриппа.

9. Возможные симптомы тяжелого течения гриппа у взрослых:

- Затрудненное дыхание или одышка
- Боль или сдавливание в груди или брюшном отделе
- Внезапное головокружение
- Спутанность сознания
- Сильная или непрекращающаяся рвота
- Некоторое облегчение симптомов гриппа, которые затем вернулись, сопровождаемые жаром и усилившимся кашлем

10. Как долго вирус гриппа остается активным на объектах (например, книгах и дверных ручках)?

Исследования показали, что вирус гриппа способен выживать на окружающих предметах с возможностью инфицирования человека в течение 2-8 часов с момента попадания на поверхность.

11. От чего погибает вирус гриппа?

Вирус гриппа разрушается под воздействием высокой температуры (75-100°C). Кроме того, некоторые химические бактерицидные препараты, включая хлор, перекись водорода, моющие средства (мыло), йодофоры (антисептики на основе йода) и спиртовые растворы являются эффективными против вирусов гриппа человека при использовании в соответствующей концентрации на протяжении достаточного периода времени. Например, для обработки рук можно использовать спиртосодержащие средства для протирки и гели. Гели необходимо втирать в руки до полного высыхания.

12. Как проводить уборку в доме для предотвращения распространения вируса гриппа?

Для предотвращения распространения вируса гриппа важно поддерживать чистоту поверхностей (особенно прикроватных столиков, в ванных комнатах, на кухне и детских игрушек), протирая их с использованием бытовых дезинфицирующих средств согласно инструкциям, указанным на этикетке.

13. Как необходимо обращаться с бельем, столовыми приборами и посудой, которыми пользовались люди, инфицированные вирусом гриппа?

Нет необходимости стирать белье и мыть столовые приборы и посуду, принадлежащие больному, отдельно, но важно помнить, что эти предметы нельзя использовать другим лицам без тщательной предварительной обработки. Белье (например, простыни и полотенца) необходимо стирать, используя обычное мыло для стирки, и высушить в горячей сушилке. Не следует переносить грязное белье «в охапке» к месту стирки, чтобы предотвратить собственное инфицирование. После переноски грязного белья необходимо вымыть руки с мылом или протереть их средством для обработки рук на основе спирта.

14. Когда необходимо вакцинироваться против гриппа?

Оптимальным временем для кампании вакцинации против гриппа обычно является период с октября по середину ноября. Вакцинация инактивированными вакцинами для профилактики гриппа не противопоказана во время ежегодного эпидемического подъема заболеваемости.

15. Какие противопоказания к вакцинации против гриппа?

Вакцины против гриппа не должны назначаться лицам с гиперчувствительностью к яичному белку и другим компонентам гриппозных вакцин без предварительной

консультации с врачом. Однако лица с гиперчувствительностью, относящиеся к группе риска, могут быть привиты при соответствующей оценке степени аллергии и десенсибилизации.

Лица с острым заболеванием, сопровождающимся значительным повышением температуры, обычно не должны вакцинироваться до исчезновения симптомов. Нетяжелое заболевание с небольшим повышением или без повышения температуры тела не должно быть противопоказанием к использованию вакцин против гриппа.

16. Можно ли заболеть гриппом от прививки?

Заболеть вакцинальным гриппом нельзя, так как вакцина - это специально подобранная доза выделенного антигена, лишенная токсического эффекта. Но при этом, если получить вакцину в период предболезни-«продрома», введенная доза антигена может стать неким усилителем (адьювантом) процесса. Поэтому при подъеме температуры или плохом самочувствии прививаться не рекомендуется.

Видеоролики

[Профилактика гриппа \(скачать ролик\)](#)

[Беременность и грипп \(скачать ролик\)](#)

[Школа и грипп \(скачать ролик\)](#)

[Дети и грипп \(скачать ролик\)](#)

Аудиоролики

[Профилактика гриппа \(скачать или прослушать\)](#)

[Беременность и грипп \(скачать или прослушать\)](#)

[Школа и грипп \(скачать или прослушать\)](#)

[Дети и грипп \(скачать или прослушать\)](#)

Лечебно-профилактические учреждения, в которых люди, входящие в группы риска, могут бесплатно поставить прививку против гриппа

Лечебно-профилактические учреждения города Томска:

Наименование учрежд	Адрес
---------------------	-------

Кировский район

Поликлиника МСЧ УВД Ул. Московского областного	41-17-11	Увидеть на карте
Межвузовская больница		
Запись на прием ул. Киевская, 74	55-46-66, 25-05-21, 25-05-22	Увидеть на карте
Больница №2 Поликлиническое отделение №1		
Запись на прием г. Томск, ул. Карташов, 43386-44		Увидеть на карте
Городская больница №3 Ул. Нахимова, 3	41-91-64, 41-88-53, 41-48-22, 42-17-77	Увидеть на карте
Поликлиника №1		
Запись на прием пр. Ленина, 51	53-41-10, 53-44-76	Увидеть на карте
Поликлиника Медико-санитарной части №2	41-16-77	Увидеть на карте
Ленинский район		
Томская больница ФГУ «СМПЦ Росздрава» Ул. Карла Маркса, 28	51-45-64	Увидеть на карте
Поликлиника №3, первое отделение		
Запись на прием Ул. Р. Люксембург, 39	51-25-93, 51-51-71	Увидеть на карте
Поликлиника №3, второе отделение Ул. Профсоюзная, 16	46-00-23	Увидеть на карте
Поликлиника №10		
Запись на прием Пр. Мира, 17	47-31-24, 47-31-22, 47-24-74	Увидеть на карте
Октябрьский район		
Медсанчасть №3 Ул. Пушкина, 69	65-84-86, 66-06-03	Увидеть на карте
Поликлиника №4		
Запись на прием ул. Пушкина, 57а	65-68-18, 65-68-01	Увидеть на карте
Поликлиника Медико-санитарной части №2		
Запись на прием Ул. Бела Куна, 3	64-45-46	Увидеть на карте
Поликлиника Медико-санитарной части №2	64-45-46	Увидеть на карте
Поликлиника Медико-санитарной части №2	64-45-46	Увидеть на карте
Консультативно-диагностическая поликлиника №1 Ул. Некрасова, 96	64-45-67	Увидеть на карте
Советский район		
Поликлиника №2		
Запись на прием ул. Гагарина, 4	53-26-36	Увидеть на карте
Поликлиника №6	Пр. Фрунзе, 218	44-51-75, 24-91-54, 44-07-45
Поликлиника №6		
Запись на прием Пр. Фрунзе, 116	44-68-98, 44-68-99	Увидеть на карте
Поликлиника №8		
Запись на прием Пр. Комсомольский, 6	278-23-67, 44-05-54	Увидеть на карте
Поликлиника ТНЦ СО РАН Академический, 7	49-27-61	Увидеть на карте

Лечебно-профилактические учреждения муниципальных образований Томской области:

Наименование учреждения	Адрес	Телефон
Александровская ЦРБ	с. Александровское, ул. (8-255) Фрунзе, 46	
Асиновская ЦРБ		
Запись на прием	г. Асино, ул. Гончарова, 43	(37201) 2-12-52
Бакчарская ЦРБ	с. Бакчар, пер. Больничный, 8	(37249) 2-11-15
Верхнекетская ЦРБ		

Запись на прием	п. Белый Яр, ул. Гагарина, 23	(3822) 2-10-03
Городская больница	г. Стрежевого	
Запись на прием	г. Стрежевой, ул. Стройтех	(3822) 3-06-59
Зырянская ЦРБ		
Запись на прием	с. Зырянское, городок (Ваширская)	(3822) 2-23-24
Каргасокская ЦРБ	с. Каргасок, ул. Красноармейская, 66	
		(3-253) 2-13-97
Кожевниковская ЦРБ		
Запись на прием	с. Кожевниково, ул. Гагарина, 29	(3822) 2-29-60
Колпашевская ЦРБ	г. Колпашево, ул. Советская, 75	(3825) 3-29-75
Кривошеинская ЦРБ	с. Кривошеино, ул. Коммунальная, 64	(3825) 2-60-34
Медико-санитарная часть	Кедровый мкр. д. 1	(3825) 3-54-49
Молчановская ЦРБ	с. Молчаново, ул. Димитрова, 24	(3825) 2-11-83
Октябрьская районная больница	с. Октябрьское ул. Заводская, 2	(3822) 2-64-43
Первомайская ЦРБ	с. Первомайское, улица	(3825) 2-29-52
Парабельская ЦРБ		
Запись на прием	с. Парабель, ул. Советская, 23	(3822) 2-15-06
Светленская районная больница	п. Овечьи №6	(3822) 98-21-21
Тегульдетская ЦРБ	с. Тегульдет, ул. Ленина, 36	(3825) 2-18-99
Томская ЦРБ		
Запись на прием	с. Тимирязевское, ул. Советская, 20	(3822) 98-21-21
Центральная медико-санитарная часть	п. Мира №84	(3825) 77-99-11
Чаинская ЦРБ	с. Подгорное, ул. Лесная, 252	(3825) 2-19-01
Шегарская ЦРБ		
Запись на прием	с. Мельниково, ул. Коммунальная, 37	(3822) 2-60-55
Лоскутовская центральная районная больница	п. Восточный, Биклиевый бд. 1а	(3822) 2-60-55
Моряковская больница	с. Моряковский Затон, ул. Октябрьская д.11	(3822) 2-60-55

Детские лечебно-профилактические учреждения Томской области:

Наименование учреждения	Адрес	Телефон	Схема проезда
Кировский район			
Детская поликлиника №1	г. Кировский районской больницы №1	46-04-51	Увидеть на карте
Детская поликлиника №2	Детской Орловской больницы №1 (Данная поликлиника закрыта в настоящее время)	46-07-36	Увидеть на карте
Ленинский район			
Поликлиника №2 Детской городской больницы №1	ул. Горького, 3	46-13-21	Увидеть на карте
Поликлиника №3 Детской городской больницы №1	ул. Советская, 30	46-13-79	Увидеть на карте
Октябрьский район			
Поликлиника №1 Детской городской больницы №1	ул. Горького, 27б	65-52-40	Увидеть на карте
Детская поликлиника	Медико-санитарной части	46-15-26	Увидеть на карте
Советский район			
Поликлиническое отделение №1	Детской районной больницы №3	44-50-02	Увидеть на карте
Поликлиническое отделение №3	Детской поликлиники №3	44-07-98	Увидеть на карте
Поликлиническое отделение №2	Детской поликлиники №3	44-34-00	Увидеть на карте
Поликлиника ТНЦ СО РА	Академический, 7	49-27-61	Увидеть на карте
Детская городская больница	ул. Кашевого, 72	64-78-89	Увидеть на карте