

# Осторожно! Пневмония!

Профилактика внебольничной пневмонии:

1. Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.
2. Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.
3. Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение, по крайней мере, 24 часов после того, как температура спала или исчезли её симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
4. Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа, как только поступит соответствующая вакцина.
5. При первых признаках респираторного заболевания необходимо обратиться к врачу.
6. Необходимо здоровое полноценное питание с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов (ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба, молоко и молочные продукты).
7. В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее — сквозняков.
8. Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.
9. В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми, использовать маску для защиты органов дыхания, воздержаться от посещения мест с большим скоплением людей.
10. Важно помнить, что если вы хотите оградить себя и детей от болезни, следите за своим здоровьем, ведь зачастую родители являются источником инфекции для ребенка, особенно при тех заболеваниях, которые передаются при тесном контакте (микоплазменная инфекция, стафилококк, многие вирусные инфекции).

**НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ:** если заболели Вы или ваш ребенок,

Вам необходимо не вести ребенка в школу, а обратиться к врачу.

При тяжелом состоянии необходимо вызвать врача на дом, и ни в коем случае не заниматься самолечением.

**Здоровья Вам и Вашим близким!**



## Каковы симптомы пневмонии?

- Кашель
- Температура
- Озноб
- Головная боль
- Затруднение дыхания
- Потеря аппетита

Пневмококк – патогенный микроорганизм, чаще всего вызывающий развитие пневмонии. Заражение этим микробом также провоцирует другие тяжёлые состояния, среди которых значатся отит, риносинусит, бронхит, эндокардит, менингит, артрит, воспаление почек.

При ослабленном иммунитете пневмококковая инфекция способна привести к сепсису и летальному исходу.

Пневмококк передаётся от больного человека здоровому воздушно-капельным путём. Заражение происходит:

- при кашле;
- во время чихания;
- при разговоре.

Наиболее уязвимы перед возбудителем дети младше 5 лет. Самые тяжёлые осложнения возникают у 2-летних пациентов. Повышенный риск развития пневмококковой инфекции имеют: **часто и длительно болеющие дети**. «Группами риска» являются и взрослые старше 60 лет - больные сахарным диабетом, бронхитами, с заболеваниями дыхательной и сердечно-сосудистой системами другие хронические заболевания.

Нельзя забывать, что высока частота именно тяжелых форм инфекции, требующих госпитализации и смены нескольких групп антибактериальных

препаратов т.к лечение пневмококковых инфекций затруднено из-за высокой устойчивости к антибиотикам этих микроорганизмов (25-35% выявляемых в России штаммов пневмококков антибиотикорезистентны).

В календарь профилактических прививок дополнительно включены: дети в возрасте от 2 до 5 лет, взрослые, относящиеся

к группам риска (лица, подлежащие призыву на военную службу, лица старше 60 лет, страдающие хроническими заболеваниями легких, лица старше трудоспособного возраста, проживающие в организациях социального обслуживания).

Прививку "Превенар13" рекомендуют проводить одновременно с другими прививками Национального календаря прививок, включая вакцинацию против гриппа.

**Оградить человека от встречи с пневмококком практически невозможно.** Но можно его «подготовить» к этой встрече. В соответствии с рекомендациями ВОЗ самым эффективным методом предупреждения пневмококковых инфекций является вакцинация.

С января 2014 года вакцинация против пневмококковой инфекции включена Национальный календарь профилактических прививок Российской Федерации. Прививки против пневмококковой инфекции проводятся в детских и взрослых поликлиника по месту жительства.

## Вакцинация против пневмококковой инфекции

• ПНЕВМО 23 (PNEUMO 23)  
Форма выпуска, состав и упаковка:

Раствор для в/м и п/к введения  
1 шприц (1 доза)

полисахариды *Streptococcus pneumoniae*  
(23 серотипа; каждого серотипа по 25 мкг)  
275 мкг

