

О гриппе

Часто задаваемые вопросы



Cook County DEPT. of
Public Health
A division of Cook County Health

**BUILDING
HEALTHIER
COMMUNITIES**



О гриппе

Грипп (influenza) — это заразное респираторное заболевание, вызываемое вирусами гриппа, которые поражают нос, горло и легкие. Вирусы гриппа типов А и В обычно распространяются среди людей с октября по март каждого года.

Грипп — это не простуда!

Простуда обычно протекает в легкой форме. Вы можете чувствовать заложенность носа, боль в горле или чихание, но при этом продолжать обычный день. Грипп — более серьезное заболевание и начинается внезапно. Вы можете чувствовать сильную усталость, жар и ломоту в теле. Он также может привести к более серьезным осложнениям, госпитализации или даже смерти.

Кто в группе риска?

Пожилые люди, маленькие дети и люди с [определенными заболеваниями](#) находятся в группе повышенного риска серьезных осложнений от гриппа. Вирус гриппа ежегодно вызывает миллионы заболеваний и тысячи смертей в США.

Как распространяется грипп

Вирус гриппа распространяется каплями, которые выделяются при кашле, чихании или разговоре зараженного человека. Люди могут распространять грипп до того, как поймут, что больны, или во время проявления симптомов.

Когда люди наиболее заразны?

Люди наиболее заразны в течение первых трех дней болезни. Некоторые в остальном здоровые взрослые могут заражать других, начиная с одного дня до появления симптомов и до пяти-семи дней после начала заболевания.

Защитите себя и других от гриппа.

Найдите ближайшую клинику вакцинации.

Сканируйте QR-код справа.

ПРИЕМ БЕЗ ЗАПИСИ • ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ НЕ ТРЕБУЕТСЯ • БЕСПЛАТНО ДЛЯ ВСЕХ НЕЗАВИСИМО ОТ СТРАХОВКИ • ВОЗРАСТ ОТ 6 МЕСЯЦЕВ И СТАРШЕ

Как предотвратить грипп?

Самый важный шаг в профилактике гриппа — ежегодная вакцинация от гриппа. Вакцина от гриппа безопасна и эффективна. Узнайте больше о мифах и фактах о гриппе на сайте cookcountypublichealth.org.

Кому следует делать прививку от гриппа?

Всем людям от 6 месяцев и старше рекомендуется прививка от гриппа (если врач не указал, что она противопоказана). Это особенно важно для:

- Младенцев и маленьких детей
- Взрослых в возрасте от 65 лет и старше
- Беременных
- Людей с хроническими заболеваниями (например, болезнями сердца, легких или диабетом)
- Людей, которые живут или ухаживают за теми, кто находится в группе высокого риска

**ПРОВЕРЬТЕ
РАСПИСАНИЕ**



Часто задаваемые вопросы о гриппе

Продолжение



Cook County DEPT. of
Public Health
A division of Cook County Health

**BUILDING
HEALTHIER
COMMUNITIES**

Симптомы

Симптомы гриппа обычно проявляются внезапно. Люди с гриппом часто ощущают некоторые или все из следующих признаков и симптомов:

- жар* или ощущение жара
- озноб
- кашель
- боль в горле
- насморк или заложенность носа
- мышечная или общая боль

*Важно отметить, что у некоторых людей с гриппом может не быть жара.



Лечение гриппа



Медикаменты могут помочь.

- Некоторые специальные препараты от гриппа (например, Tamiflu) могут помочь почувствовать себя лучше и быстрее.
- Они наиболее эффективны, если начать их принимать в течение двух дней после начала болезни.



Оставайтесь дома, если заболели.

- Отдыхайте и высыпайтесь.
- Пейте много воды или бульона.
- Принимайте ацетаминофен или ибупрофен, чтобы снизить жар и облегчить ломоту в теле.
- Избегайте контактов с другими, чтобы не распространять вирус гриппа.



Позвоните своему лечащему врачу или обратитесь в пункт неотложной помощи или в отделение неотложной медицинской помощи, если у вас:

- Затрудненное дыхание
- Боль в груди
- Сильная слабость или головокружение
- Невозможно удерживать жидкости
- Головные боли
- Усталость (чувство сильной утомляемости)
- У некоторых людей могут быть рвота и диарея, хотя это чаще наблюдается у детей, чем у взрослых.