



RUSSIAN EDITION

## *Грипп может вызвать опасное заболевание*

### **Что такое грипп?**

Грипп (по-английски его часто называют “flu”) - это вирусная инфекция. Она распространяется от человека к человеку при кашле и чихании, а также при физическом контакте.

Грипп нельзя путать с **обычной простудой**. Грипп может стать причиной серьезного заболевания, а в некоторых случаях может привести к госпитализации и смерти.

В отличие от обычной простуды, на полное выздоровление от гриппа может уйти несколько недель.

### **Симптомы гриппа**

При гриппе могут быть следующие симптомы:

- Повышенная температура
- Кашель
- Боль в мышцах и суставах
- Сильная утомляемость
- Головная боль
- Боль в горле

У детей при гриппе может также быть понос и рвота.

### **Кто подвержен повышенному риску?**

Гриппом может заболеть любой человек, даже молодой и здоровый.

Однако, у некоторых людей могут возникать серьезные осложнения.

Наибольшую опасность это заболевание представляет для следующих категорий людей:

- Люди в возрасте 65 лет и старше, а также люди, проживающие в домах престарелых или в других учреждениях, где людям предоставляется долговременный уход
- Аборигены и выходцы с островов Торресова пролива
- Беременные
- Люди, у которых уже имеются такие заболевания, как:
  - Болезни сердца
  - Легочные заболевания, такие как астма или хроническая обструктивная болезнь легких
  - Заболевание, требующее регулярных посещений врача, например, диабет
  - Нейромышечные заболевания, такие как рассеянный склероз
- Люди, у которых снижен иммунитет

*Если вы подпадаете под одну из этих категорий, вам, вероятно, полагается бесплатная вакцина в рамках Национальной программы иммунизации (National Immunisation Program - NIP), осуществляемой правительством Австралии*

### **Можно ли предотвратить грипп?**

Да, грипп можно предотвратить. Самый эффективный метод профилактики гриппа - это профилактическая прививка.

Если вы **все-таки заболеете** гриппом, вам следует предпринять меры к тому, чтобы не заразить других людей. Для этого необходимо:

- При каждом использовании салфетки сразу же выбрасывать ее
- Регулярно мыть руки
- Стараться не находиться поблизости от других людей
- Возвращаться в школу или на работу только после полного выздоровления
- Прикрывать рот при кашле и чихании (локтем, а не кистью руки!).

### **Может ли прививка вызвать грипп?**

**Нет**, не может. Вакцина не содержит живых вирусов, а поэтому не может вызвать грипп.

### **Может ли вакцина вызвать побочное действие?**

Наиболее распространенными видами побочного действия являются покраснение и/или опухание на месте укола.

Побочное действие вакцины может также проявляться в виде головной боли, небольшого повышения температуры и болезненность в мышцах.

У людей, склонных к тяжелым аллергическим реакциям на яйца, от прививки может возникнуть аллергия. Таким людям не следует проходить вакцинацию против гриппа.

### **Можно ли лечить грипп?**

Грипп можно лечить с помощью противовирусных препаратов. Однако, они эффективно действуют только в том случае, если их принимать **в течение 48 часов** с момента появления симптомов заболевания.

Поэтому при подозрении на грипп важно как можно быстрее попасть на прием к семейному врачу.

\*\*\*\*\*

### **Специализированная группа по проблемам гриппа (Influenza Specialist Group - ISG)**

Специализированная группа по проблемам гриппа - это некоммерческая организация, в которой работают ведущие медицинские специалисты и ученые из Австралии и Новой Зеландии, занимающиеся непосредственно проблемами гриппа.

Группа ISG занимается распространением знаний о профилактике и лечении гриппа, а также осуществляет меры по защите населения от гриппа.

Более подробная информация имеется на вебсайте ISG [www.influenzaspecialistgroup.org.au](http://www.influenzaspecialistgroup.org.au)