



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ПРИЛОЖЕННЫЙ ПРОЕКТ МИНИСТРА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
«ПОСЛУШАЙТЕ, ДОКТОР»

Присоединяйтесь
[f /postushaitse.doktor](https://postushaitse.doktor)
[vk /postushaitse_doktor](https://vk.com/postushaitse_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



ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ



ЛОМОТА
В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ



БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ
В ГОРЛЕ



СУХОЙ
КАШЕЛЬ
И ЗАТРУДНЕННОЕ,
УЧАЩЕННОЕ
ДЫХАНИЕ



СЛАБОСТЬ



ЖЕЛУДОЧНО-
КИШЕЧНЫЕ
РАССТРОЙСТВА
(тошнота,
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»).



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПОЛНОЙ ПРОЕКТ МИНЗДРАВА РОССИИ

«ПОСЛУШАЙТЕ, ДОКТОР!»



Присоединайтесь

[fb /poslushaite.doktor](https://poslushaite.doktor)

[vk /poslushaite_doktor](https://vk.com/poslushaite_doktor)

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

ЧАСА

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

3-7

ДЕНЬ

ТУБЕРКУЛЕЗ

1

МЕСЯЦ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

2

МЕСЯЦ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ



ВОЗРАСТ

3

МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

4,5

МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

6

МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

ГРИПП

Дети с 6 месяцев, учащиеся в 1-11 классах; 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.



ВОЗРАСТ

12

МЕСЯЦ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

15

МЕСЯЦ

ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

18

МЕСЯЦ

ПОЛИОМИЕЛИТ
ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

20

МЕСЯЦ

ПОЛИОМИЕЛИТ



ВОЗРАСТ

6

ЛЕТ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ

6-7

ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ТУБЕРКУЛЕЗ

14

ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ

от 18

ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
каждые 10 лет
от момента последней
ревакцинации

ВОЗРАСТ

1-55

ЛЕТ

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

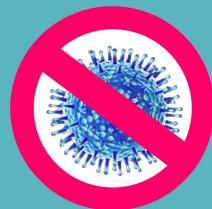
первая
вакцинация

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».

** Информацию 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/ЛЖЕНИЕ
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