



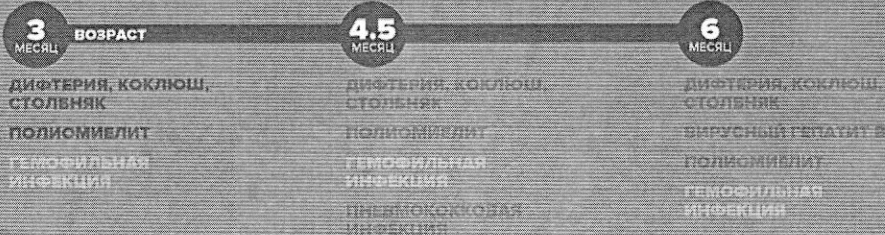
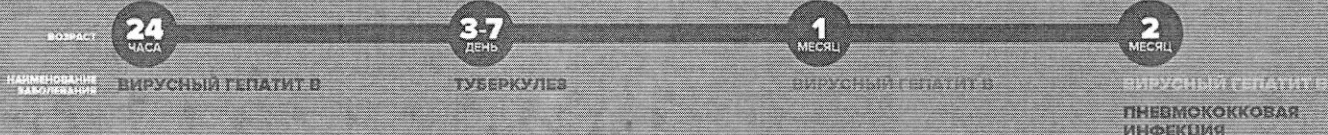
# ВАЖНО! ПРИВИВКИ



Национальный календарь профилактических прививок\* Российской Федерации по числу инфекций соответствует лучшим мировым практикам.

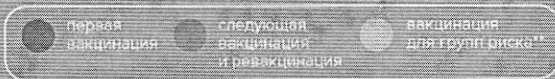
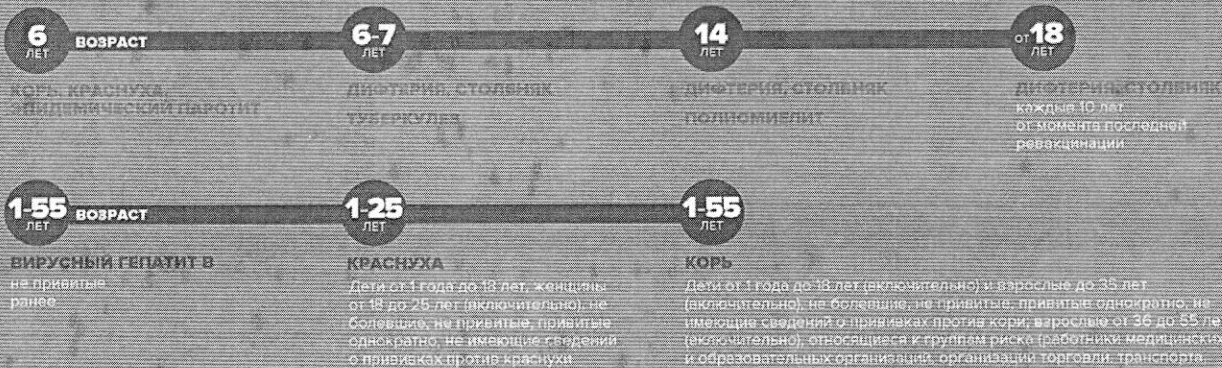
**Сегодня он включает вакцинацию против 12 инфекционных заболеваний:** корь • краснуха • полиомиелит • эпидемический паротит • туберкулез • столбняк • дифтерия • гепатит В • коклюш • гемофильная инфекция • пневмококковая инфекция • грипп.

## БЕСПЛАТНО ДЛЯ ГРАЖДАН РОССИИ

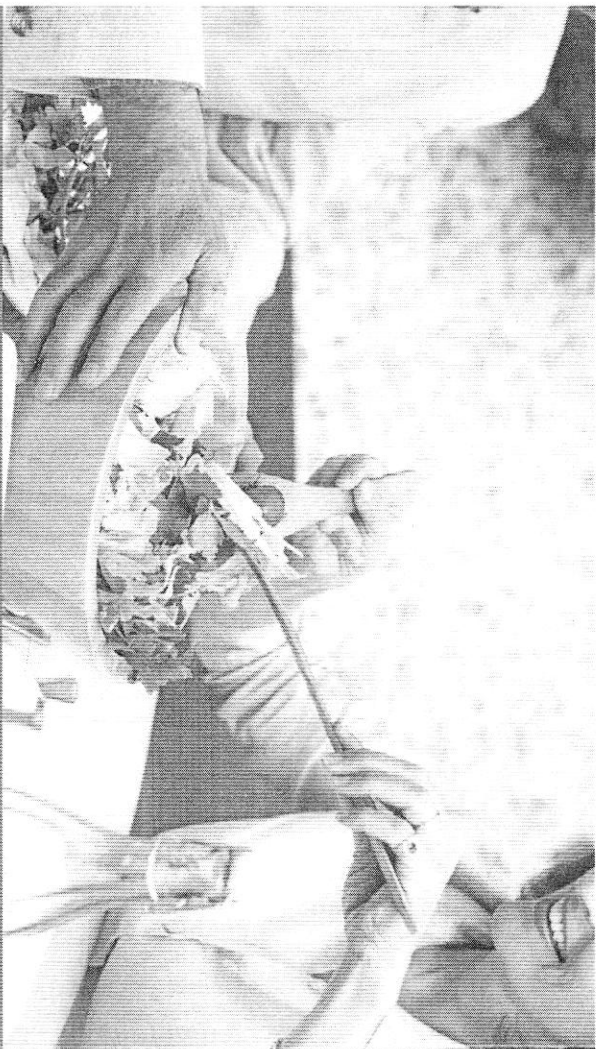


### ГРИПП

Дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов, 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 легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.



\* 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.



## ЧТО СДЕЛАТЬ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ЕСЛИ У ВАС САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?

### 1 СДЕЛАЙТЕ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ В ВАШЕМ ВОЗРАСТЕ ПРИВИВКИ И ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ:

- пневмококковой инфекции
  - гриппа
  - дифтерии и столбняка
- Вакцинация исключительно важна для сохранения здоровья, особенно с возрастом <sup>1,2,12-15</sup>.

### 2 ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ<sup>1,2,13</sup>:

- сбалансированное питание и регулярные физические нагрузки – в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

### 3 РЕГУЛЯРНО ПОСЕЩАЙТЕ ВРАЧА и соблюдайте все рекомендации по лечению <sup>4,16</sup>.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ. ПОДАРИТЕ СЕБЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ЖИЗНИ, ОБЩЕНИЯ С СЕМЬЕЙ И ДРУЗЬЯМИ.

## ПОЧЕМУ ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ ВАЖНА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ?

- Если у Вас сахарный диабет, риск развития пневмококковой пневмонии повышается **в 3 раза** <sup>\*,6</sup>.
- С возрастом растет риск серьезных инфекций за счет снижения способности организма бороться с микробами <sup>7,8</sup>.
- По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) пневмококковая инфекция – ведущая причина смерти, предотвратимая вакцинацией <sup>1</sup>.

ЕСЛИ У ВАС САХАРНЫЙ ДИАБЕТ И ВАМ БОЛЬШЕ 65 ЛЕТ - У ВАС 2 СЕРЬЕЗНЫХ ФАКТОРА РИСКА И ДЛЯ ВАС ВАКЦИНАЦИЯ ОСОБЕННО ВАЖНА <sup>1,2,7,20</sup>.

\* приведены данные ретроспективного когортного исследования<sup>6</sup> для возрастной группы 50-64 года

## ЧТО ТАКОЕ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ?

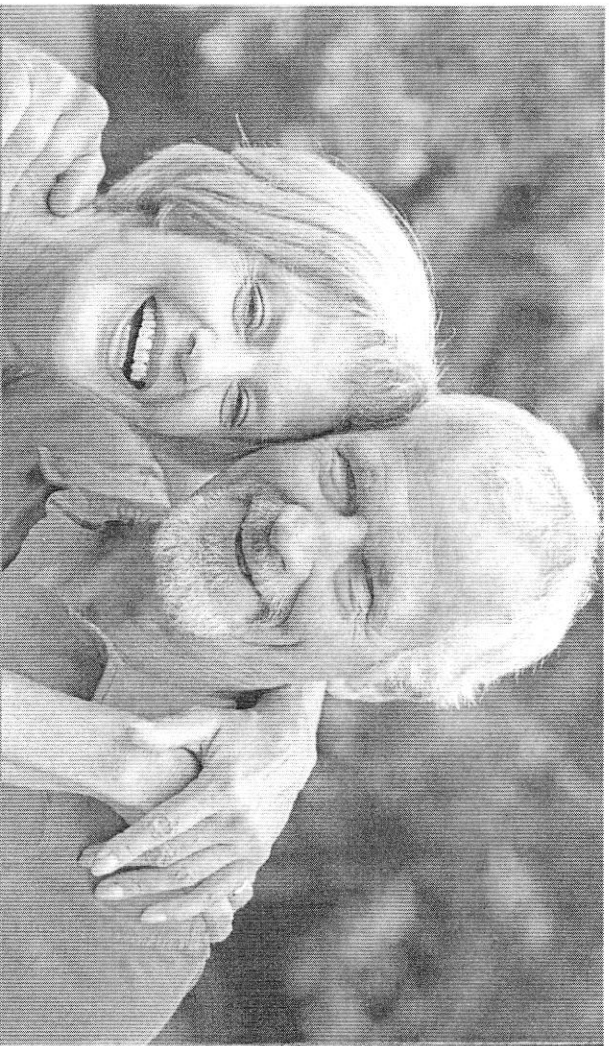
ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ВЫЗЫВАЕТСЯ БАКТЕРИЕЙ *S. PNEUMONIAE*, КОТОРАЯ МОЖЕТ ПРОНИКАТЬ:

- в легкие (развивается пневмония с бактериемией),
- в ткани, окружающие головной и спинной мозг (возникает менингит),
- в кровь (развивается бактериемия) <sup>9</sup>.

ВАЖНЫЕ ФАКТЫ О ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ:

- Легко передается от человека к человеку при физическом контакте, кашле или чихании <sup>9</sup>.
- Симптомы могут включать озноб, боль в грудной клетке, влажный кашель, одышку, учащенное дыхание <sup>9</sup>.
- Даже при пневмонии легкой степени тяжести у большинства пациентов симптомы сохраняются более 28 дней <sup>10</sup>.

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ЧАСТО ПРИВОДИТ К ГОСПИТАЛИЗАЦИИ И ДАЖЕ СМЕРТИ <sup>1,11</sup>.



## ЧТО СДЕЛАТЬ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ЕСЛИ У ВАС ХОБЛ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ ИЛИ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?

### 1 СДЕЛАЙТЕ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ В ВАШЕМ ВОЗРАСТЕ ПРИВИВКИ И ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ:

- пневмококковой инфекции
- гриппа
- дифтерии и столбняка

Вакцинация исключительно важна для сохранения здоровья, особенно с возрастом <sup>11-14</sup>.

### 2 ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ<sup>11,12</sup>:

- сбалансированное питание и регулярные физические нагрузки
- в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

### 3 РЕГУЛЯРНО ПОСЕЩАЙТЕ ВРАЧА И СОБЛЮДАЙТЕ ВСЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЛЕЧЕНИЮ<sup>2</sup>.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ. ПОДАРИТЕ СЕБЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ЖИЗНИ, ОБЩЕНИЯ С СЕМЬЕЙ И ДРУЗЬЯМИ.

## ПОЧЕМУ ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ ВАЖНА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ХОБЛ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ И САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ?

- Если у Вас ХОБЛ, риск развития пневмококковой пневмонии повышается в **9,8 раза**<sup>\*\*4</sup>, а риск смерти от пневмококковой инфекции – почти в **2 раза выше** по сравнению с теми, кто не болен ХОБЛ<sup>5</sup>.
- Если у Вас сердечно-сосудистое заболевание, риск развития пневмококковой пневмонии повышается в **4,2 раза**<sup>\*\*4</sup>, а риск смерти от пневмококковой инфекции – почти в **3 раза** выше по сравнению с теми, кто не болен сердечно-сосудистыми заболеваниями<sup>5</sup>.
- Если у Вас сахарный диабет, риск развития пневмококковой пневмонии повышается в **3 раза**<sup>\*\*4</sup>.
- С возрастом растет риск серьезных инфекций за счет снижения способности организма бороться с микробами<sup>6,7</sup>.
- По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) пневмококковая инфекция – ведущая причина смерти, предотвратимая вакцинацией<sup>1,2,6,30</sup>.

<sup>\*\*4</sup>приведены данные ретроспективного когортного исследования<sup>4</sup> для возрастной группы 50-64 год

## ЧТО ТАКОЕ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ?

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ВЫЗЫВАЕТСЯ БАКТЕРИЕЙ *S. PNEUMONIAE*, КОТОРАЯ МОЖЕТ ПРОНИКАТЬ:

- в легкие (развивается пневмония или пневмония с бактериемией),
- в ткани, окружающие головной и спинной мозг (возникает менингит),
- в кровь (развивается бактериемия или сепсис)<sup>8</sup>.

ВАЖНЫЕ ФАКТЫ О ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ:

- Легко передается от человека к человеку при физическом контакте, кашле или чихании<sup>8</sup>.
- Симптомы могут включать озноб, боль в грудной клетке, влажный кашель, одышку, учащенное дыхание<sup>8</sup>.
- Даже при пневмонии легкой степени тяжести у большинства пациентов симптомы сохраняются более 28 дней<sup>9</sup>.

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ЧАСТО ПРИВОДИТ К ГОСПИТАЛИЗАЦИИ И ДАЖЕ СМЕРТИ<sup>1,10</sup>.



## ЧТО СДЕЛАТЬ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РИСКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ЕСЛИ У ВАС ХОБЛ?

## ПОЧЕМУ ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ ВАЖНА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ХОБЛ?

- Если у Вас ХОБЛ, риск развития пневмококковой пневмонии повышается в **9,8 раза**<sup>\*4</sup>, а риск смерти от пневмококковой инфекции – почти в **2 раза выше** по сравнению с теми, кто не болен ХОБЛ?<sup>5</sup>
- С возрастом растет риск серьезных инфекций за счет снижения способности организма бороться с микробами<sup>6,7</sup>.
- По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) пневмококковая инфекция – ведущая причина смерти, предотвратимая вакцинацией<sup>1</sup>.

ЕСЛИ У ВАС ХОБЛ И ВАМ БОЛЬШЕ 65 ЛЕТ - У ВАС 2 СЕРЬЕЗНЫХ ФАКТОРА РИСКА И ДЛЯ ВАС ВАКЦИНАЦИЯ ОСОБЕННО ВАЖНА<sup>1,2,6,18</sup>.

\*приведены данные ретроспективного когортного исследования<sup>4</sup> для возрастной группы 50-64 года

## ЧТО ТАКОЕ ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ?

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ВЫЗЫВАЕТСЯ БАКТЕРИЕЙ *S. PNEUMONIAE*, КОТОРАЯ МОЖЕТ ПРОНИКАТЬ:

- в легкие (развивается пневмония),
- в ткани, окружающие головной и спинной мозг (возникает менингит),
- в кровь (развивается бактериемия или сепсис)<sup>8</sup>.

**ВАЖНЫЕ ФАКТЫ О ПНЕВМОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ:**

- Легко передается от человека к человеку при физическом контакте, кашле или чихании<sup>8</sup>.
- Симптомы могут включать озноб, боль в грудной клетке, влажный кашель, одышку, учащенное дыхание<sup>8</sup>.
- Даже при пневмонии легкой степени тяжести у большинства пациентов симптомы сохраняются более 28 дней<sup>9</sup>.

## 1 СДЕЛАЙТЕ ВСЕ НЕОБХОДИМЫЕ В ВАШЕМ ВОЗРАСТЕ ПРИВИВКИ И ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ:

- пневмококковой инфекции
  - гриппа
  - дифтерии и столбняка
- Вакцинация исключительно важна для сохранения здоровья, особенно с возрастом<sup>11-14</sup>.

## 2 ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ<sup>11,12</sup>:

- сбалансированное питание и регулярные физические нагрузки – в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

## 3 РЕГУЛЯРНО ПОСЕЩАЙТЕ ВРАЧА И СОБЛЮДАЙТЕ ВСЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЛЕЧЕНИЮ<sup>2</sup>.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ. ПОДАРИТЕ СЕБЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ЖИЗНИ, ОБЩЕНИЯ С СЕМЬЕЙ И ДРУЗЬЯМИ.

ПНЕВМОКОККОВАЯ ИНФЕКЦИЯ ЧАСТО ПРИВОДИТ К ГОСПИТАЛИЗАЦИИ И ДАЖЕ СМЕРТИ<sup>11,10</sup>.

# ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**КОРОНАВИРУС** – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Симптомы



Повышение температуры, озноб

## Вирус передается

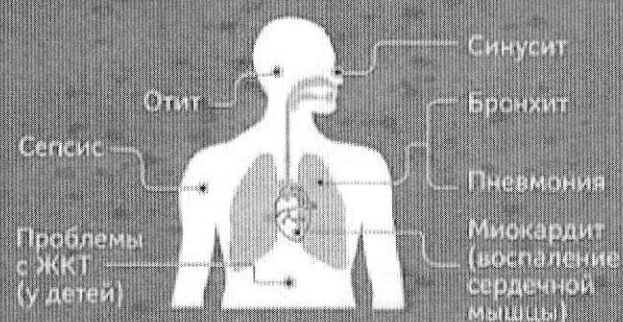


Воздушно-капельным путем при чихании и кашле



Контактным путем.

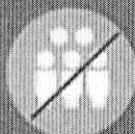
## Осложнения



## Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)



Избегать посещения массовых мероприятий



Чаще мыть руки



Использовать медицинские маски

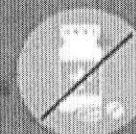


Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

## Что делать, если...



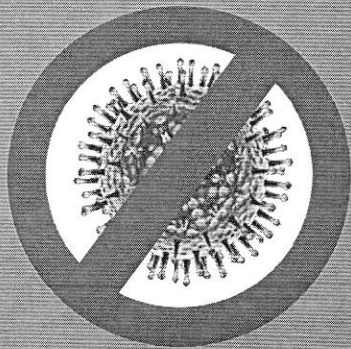
Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением

# 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



ЛОМОТА В МЫШЦАХ И  
СУСТАВАХ, БОЛЬ В  
ГЛАЗНЫХ ЯБЛОКАХ



СУХОЙ КАШЕЛЬ



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



ССАДНЕНИЕ/ЖЖЕНИЕ  
В ГОРЛЕ



СЛАБОСТЬ, СНИЖЕНИЕ  
АППЕТИТА, ТОШНОТА,  
ВОЗМОЖНА РВОТА



## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ



ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ



ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С  
БОЛЬНЫМИ



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)



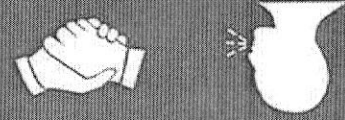
РЕГУЛЯРНО ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ, ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ, УВЛАЖНЯТЬ  
ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИИ



# ЧТО НАДО ЗНАТЬ О КОРОНАВИРУСЕ

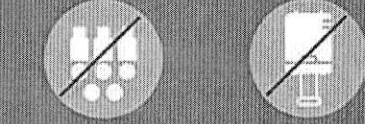
КОРОНАВИРУС – это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.

## Вирус передается



Воздушно-капельным путем  
Контактным

## Как не допустить



Не выезжать в очаг заболевания (Китай, г. Ухань)  
Избегать посещения массовых мероприятий

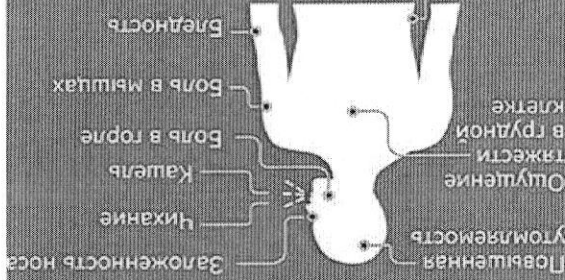


Чаще мыть руки



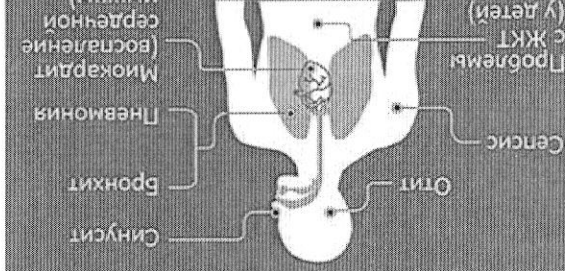
Избегать близкого контакта с людьми, у которых имеются симптомы заболевания

## Симптомы



Повышенная утомляемость  
Ощущение тяжести в грудной клетке  
Боль в мышцах  
Бредность  
Повышение температуры, озноб

## Осложнения



Синусит  
Бронхит  
Пневмония  
Миокардит (воспаление сердечной мышцы)  
Проблемы с ЖКТ (у детей)

## Что делать, если...



Обратиться к врачу



Не заниматься самолечением



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



# 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**

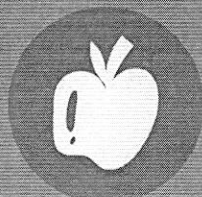


**ЖЕЛУДОЧНО-  
КИШЕЧНЫЕ  
РАССТРОЙСТВА  
(ТОШНОТА,  
РВОТА, ПОНОС)**



**БОЛЬ  
ПРИ ДВИЖЕНИИ  
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ  
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ  
НА СВЕТ**

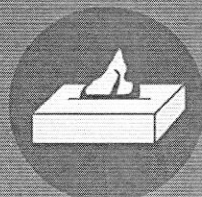
## ПРОФИЛАКТИКА



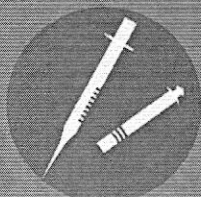
**ВЕСТИ  
ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



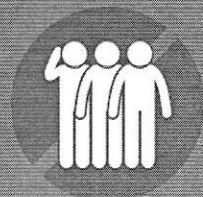
**РЕГУЛЯРНО  
МЫТЬ РУКИ  
С МЫЛОМ ИЛИ  
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ  
СРЕДСТВОМ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ  
И КАШЛЕ**



**СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ\***

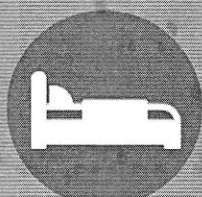


**ИЗБЕГАТЬ  
БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ  
ЛЮДЕЙ**

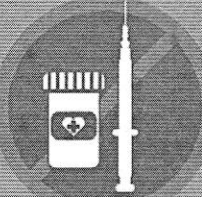


**ИЗБЕГАТЬ  
КОНТАКТОВ  
С БОЛЬНЫМИ**

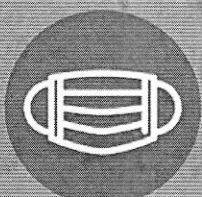
## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА  
И СОБЛЮДАТЬ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ**



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ,  
А ВЫЗВАТЬ  
ВРАЧА**



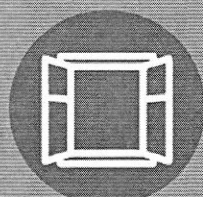
**ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ  
ЗАЩИТЫ**



**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»).