



## **ЧАСТО ВОЗНИКАЮЩИЕ ВОПРОСЫ О ГРИППЕ H1N1**

### **28 декабря 2009 г**

Грипп H1N1 называют пандемическим потому, что вирус инфлюэнцы H1N1 распространился по всему миру. Этот вирус — который иногда называют вирусом «свиного гриппа» — появился и там, где мы живем. Национальные центры контроля и профилактики заболеваний (CDC) ожидают, что заражение населения вирусом H1N1 будет продолжаться на протяжении зимних месяцев.

### **Насколько серьезно это заболевание?**

Большинство людей, заразившихся гриппом H1N1, испытывают симптомы, сходные с симптомами сезонного гриппа — в том числе кашель, воспаление горла, мышечные боли и высокую температуру. Несмотря на то, что грипп — заболевание дыхательных путей, главным образом воздействующее на голову и грудь, у больных могут наблюдаться также понос и рвота. Беспокойство в связи с гриппом H1N1 вызывает тот факт, что некоторые здоровые во всех других отношениях люди, особенно молодые люди, дети и беременные женщины, переносят эту болезнь настолько тяжело, что их приходится госпитализировать, а в некоторых случаях даже умирают от осложнений, вызванных новым гриппом. Кроме того, у людей, страдающих хроническими заболеваниями, такими, как астма, болезни легких, диабет и болезни сердца, печени или почек, наблюдались также тяжелые осложнения, вызванные гриппом H1N1.

### **Как распространяется новый грипп?**

Подобно сезонному гриппу и другим вирусным заболеваниям, грипп H1N1 может распространяться, когда больной, находящийся рядом с другими людьми, кашляет или чихает. Кроме того, этим вирусом можно заразиться, прикоснувшись к поверхности, загрязненной вирусом, а затем прикоснувшись к глазам, носу или рту.

### **Существует ли вакцина?**

Специальная вакцина от гриппа H1N1 разработана и, несмотря на то, что первоначально она поставлялась в ограниченном объеме, в настоящее время вакцина от гриппа H1N1 общедоступна.



Следующим группам населения прививки делаются в первую очередь, так как они подвергаются повышенному риску возникновения осложнений, вызванных гриппом:

- беременным женщинам;
- членам семей маленьких детей в возрасте до 6 месяцев и тем, кто ухаживает за такими детьми;
- всем детям, подросткам и молодым людям в возрасте от 6 месяцев до 25 лет;
- взрослым людям в возрасте от 25 до 64, здоровье которых ослаблено другими медицинскими проблемами;
- работникам медицинских учреждений и служб скорой помощи.

### **Требуются ли вам прививки, если вы уже болели?**

Да. Если не производился анализ, показавший, что вы были инфицированы именно вирусом гриппа H1N1, вы не можете быть уверены в том, что болели этим гриппом. Прививки от гриппа H1N1 помогут вам и другим людям предотвратить заражение в том случае, если заболевание, которое вы перенесли, не было гриппом H1N1.

### **Что можно сделать для того, чтобы не заразиться гриппом H1N1?**

Некоторые повседневные меры предосторожности способствуют сохранению здоровья и предотвращению распространения микробов, вызывающих такие заболевания дыхательных путей, как простуда и грипп (в том числе грипп H1N1). Для того, чтобы защитить себя и других от заболевания, соблюдайте следующие простые правила.

- Прикрывайте рот, когда вы кашляете или чихаете, пользуясь рукавом или салфеткой, но не руками.
- Часто мойте руки, особенно после того, как вы кашляли или чихали, водой с мылом или дезинфицирующим составом для рук на спиртовой основе.
- Старайтесь не прикасаться к глазам, носу и рту.

### **Что, если вы заболеете?**

Большинство людей, заболевших гриппом H1N1, выздоравливают самостоятельно, ухаживая за собой дома. Если у вас появятся симптомы, напоминающие грипп, и вы пожелаете поговорить с представителем обслуживающего вас медицинского учреждения,



позвоните в это учреждение, прежде чем приходить на прием к врачу. Если вас не обслуживает то или иное медицинское учреждение, но вы желаете посоветоваться с работником медицинского учреждения, позвоните по линии срочной связи в общественную справочную службу по тел. 1-800-978-3040, и вас соединят с медицинским работником, который сможет вам помочь.

Если вы заболели и испытываете симптомы, напоминающие грипп, принимайте все возможные меры, предотвращающие распространение вируса:

- оставайтесь дома, не ходите на работу или в школу и в целом старайтесь избегать многолюдных общественных мест;
- оставайтесь дома в течение 24 часов после того, как температура вашего тела нормализуется без использования жаропонижающих лекарственных средств;
- если вы — работодатель, настоятельно рекомендуйте вашим больным служащим оставаться дома;
- если вы — родитель, не позволяйте больным детям находиться в яслях, детских садах, школах и детских лагерях и принимать участие в тех или иных мероприятиях.

К числу людей, подвергающихся повышенному риску развития осложнений, вызванных гриппом H1N1, относятся:

- беременные женщины;
- маленькие дети;
- люди, страдающие хроническими заболеваниями, такими, как астма, диабет, болезни сердца, почек, печени или крови;
- люди, иммунная система которых ослаблена медикаментами или такими осложнениями медицинского характера, как ВИЧ.

Если вы или кто-либо под вашей опекой относитесь к одной из этих групп населения и испытываете напоминающие грипп симптомы, незамедлительно позвоните в обслуживающее вас медицинское учреждение.



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.

## Где можно получить дополнительные сведения?

Последние сведения о гриппе, прививках от гриппа и ситуации, сложившейся в настоящее время в связи с эпидемией гриппа, см.:

- на сайте отдела здравоохранения округа Малтнома ([www.mchealth.org](http://www.mchealth.org));
- на сайте отдела общественного здравоохранения правительства штата Орегон ([www.flu.oregon.gov](http://www.flu.oregon.gov));
- с помощью общественной справочной телефонной службы правительства штата (**1-800-978-3040**).

[www.mchealth.org](http://www.mchealth.org)