5.06 8.00 - 13.35

Тема:Организация работы поликлиники по профилактике гриппа.

Задача № 3

Составить текст беседы по профилактике гриппа.

**Задача 3.**

Больной предъявляет жалобы на повышение Т до 39°С, сильную головную боль, отказ от еды, резкую слабость, боли в мышцах и суставах. Болен несколько часов. При осмотре выявлено: яркая гиперемия кожи, сыпи нет. Стопы холодные на ощупь. В легких дыхание везикулярное ЧД 25в 1 мин. Сердечные тоны несколько приглушены, ритмичные, ЧСС 115в 1 мин, АД 110/70 мм.рт.ст. Живот мягкий, безболезненный. Не мочился в течение нескольких часов, Стул был вчера утром, оформленный.

*1. Определить проблемы пациента:*

настоящая проблема – лихорадка, тахикардия, общая интоксикация (боли в мышцах, резкая слабость, головная боль)

приоритетная проблема – лихорадка

потенциальные проблемы – инфекционно-токсический шок

*2. Определить показания для госпитализации.*

Клинические показания – сильная интоксикация, лихорадка.

*3. Обозначить отделение стационара, куда будет направлен больной в случае госпитализации.*

Инфекционный стационар. Отделение воздушно-капельных инфекций.

*4. Оказать первичную доврачебную помощь.*

Разрешается 1 раз дать парацетамол для снижения температуры тела.

*5. Определить объекты и средства дезинфекции.*

Носовой платок – замачивание в дез.растворе

Воздух – УФО

Текст беседы по профилактике гриппа.

**Профилактика гриппа.**

*Грипп* - острая респираторная вирусная инфекция, которая имеет всемирное распространение, поражает все возрастные группы людей.

*Как происходит заражение?*

Попадая на слизистую оболочку верхних дыхательных путей, вирус внедряется в их эпителиальные клетки, проникает в кровь и вызывает интоксикацию.

*Кто является источником инфекции?*

Единственным источником и распространителем инфекции является больной человек. Основным путем распространения вирусов гриппа от человека к человеку считается воздушно-капельное заражение при разговоре, кашле, чихании.

*Как проявляется грипп?*

В типичных случаях болезнь начинается внезапно: повышается температура до 38 - 40 градусов, появляется озноб, сильная головная боль, головокружение, боль в глазных яблоках и мышцах, слезотечение и резь в глазах.

*Что делать, если вы заболели?*

При первых симптомах необходимо обратиться к врачу. Соблюдайте постельный режим и следуйте всем рекомендациям врача. Самолечение при гриппе недопустимо. Ведь предугадать течение гриппа невозможно, а осложнения могут быть самыми различными.

*Как защитить себя от гриппа?*

Самое эффективное средство в профилактике гриппа - вакцинация. В вакцинации нуждается каждый человек, заботящийся о своем здоровье и здоровье окружающих. Прививку от гриппа лучше всего делать в октябре-ноябре, когда эпидемия еще не началась. Иммунитет вырабатывается примерно 2 недели. Вакцинация во время эпидемии также эффективна, однако в период до развития иммунитета (7-15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами.

Рекомендуется повышать защитные силы организма: заниматься физической культурой, правильно питаться, своевременно и достаточно отдыхать, принимать витаминно-минеральные комплексы.

* Регулярно и тщательно мыть руки с мылом, особенно после кашля или чихания. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны.
* Избегать прикосновений руками к своему носу и рту. Инфекция распространяется именно таким путем.
* Прикрывать рот и нос одноразовым платком при чихании или кашле. После использования выбрасывать платок в мусорную корзину.
* Использовать индивидуальные или одноразовые полотенца.
* Стараться избегать близких контактов с людьми с гриппоподобными симптомами (по возможности держаться от них на расстоянии примерно 1 метра).
* Регулярно проветривайте помещения, проводите влажную уборку.
* Избегать как переохлаждений, так и перегревания.
* Во время эпидемии гриппа и ОРВИ не рекомендуется активно пользоваться городским общественным транспортом и ходить в гости.
* При заболевании гриппом и ОРВИ, оставаться дома, вызвать врача. Максимально избегать контактов с другими членами семьи, носить медицинскую маску, соблюдать правила личной гигиены. Это необходимо, чтобы не заражать других и не распространять вирусную инфекцию.

*Следует помнить, что соблюдение всех мер профилактики защитит от заболеваний гриппом и его неблагоприятных последствий!*