

# ПАМЯТКА

## ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВНЕБОЛЬНИЧНОЙ ПНЕВМОНИИ

Внебольничная пневмония (ВП) является острым инфекционным заболеванием, при котором в воспалительный процесс вовлекаются лёгкие, и возникает она во внебольничных условиях (вне стационара). В последние годы отмечается рост заболеваемости ВП у детей, относительно высокой остаётся смертность от этого заболевания.

Этиология ВП зависит от условий, в которых произошло инфицирование, возраста ребенка, предшествующей антибактериальной терапии, наличия сопутствующих заболеваний. Возбудителями ВП у детей могут быть различные бактерии и вирусы, а в отдельных случаях — грибы и паразиты. Как правило, внебольничная пневмония - это осложнение вирусных инфекций и/или результат снижения иммунитета.

Профилактика внебольничной пневмонии делится на **специфическую** и **неспецифическую**.

### НЕСПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА

ВП у детей формируется из комплекса мероприятий, предупреждающих возникновение ОРВИ.

#### 1 **Соблюдение принципов здорового образа жизни**

- Будьте физически активны. Гуляйте на свежем воздухе.
- Полноценно питайтесь: ежедневно в рационе должны быть свежие овощи, фрукты, мясо, рыба молочные продукты.
- Исключите употребление алкоголя. Откажитесь от курения.
- Соблюдайте гигиену рук.
- Укрепляйте иммунитет. Избегайте переохлаждений и сквозняков.

- *Мойте чаще руки, особенно после кашля или чихания.*
- *Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания.*
- *Соблюдайте режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.*
- *Используйте маску для защиты органов дыхания.*
- *Воздержитесь от посещения мест с большим скоплением людей.*
- *Не затягивайте с лечением ОРВИ, ОРЗ, гриппа, чтобы избежать их осложнений.*


## **СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА**

Специфическая профилактика ВП включает иммунизацию против гриппа, пневмококковой инфекции, гемофильной инфекции (в группах риска) в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок.

Вакцинация против гриппа проводится до начала эпидемического сезона детям с возраста 6 месяцев инактивированными вакцинами. Вакцинация против гриппа показана следующим категориям детей:

- *организованные дети дошкольного возраста (посещающие ДООУ);*
- *учащиеся с 1 по 11 класс;*
- *учащиеся средних профессиональных учреждений;*
- *студенты высших учебных заведений.*

Введение гриппозной вакцины высокоэффективно в предотвращении развития гриппа и его осложнений (в т. ч. пневмонии).



**Если вы заболели, то необходимо сразу обратиться к врачу, чтобы не заразить других детей и персонал, и не вызвать осложнение собственного заболевания!**

**Соблюдайте все рекомендации и будьте здоровы!**