

1

# УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ О ВСПЫШКЕ ГРИППА



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 1

# УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ О ВСПЫШКЕ ГРИППА

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Наблюдали ли вы подобные симптомы у кого-нибудь из членов вашей семьи или знакомых?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Эти люди заражены гриппом.
- Симптомы гриппа таковы: кашель, чихание, насморк, головная боль, температура, усталость, боль в суставах. Во время пандемии гриппа эти симптомы могут обостряться.
- Грипп может стать причиной серьезных заболеваний, даже с летальным исходом.
- Грипп особенно опасен для пожилых людей, беременных женщин и детей до 5 лет вследствие низкого иммунитета.
- Грипп передается во время контакта с зараженным человеком, особенно при разговоре, чихании, кашле, со слюной.
- Вирус гриппа также передается через контакт с личными вещами больного, если касаться невымытыми руками глаз, слизистой носа или рта.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему пандемия гриппа опаснее, чем обычный сезонный грипп?

**Грипп может стать причиной серьезных заболеваний, даже с летальным исходом.**



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 2 МОЙТЕ РУКИ



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 2

# МОЙТЕ РУКИ

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Когда вы моете руки?

Как вы моете руки?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Мытье рук с мылом помогает убить микробы, которые являются причиной возникновения обычного гриппа и пандемии.
- Руки нужно обязательно мыть с мылом.
- Если вы не используете мыло, микробов невозможно убить.
- Обязательно мойте руки с мылом в таких случаях:
  - до и после приготовления еды;
  - до и после приема пищи;
  - до и после ухода за человеком, больным гриппом;
  - если вы чихали, кашляли или сморкались.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему полезно мыть руки с мылом?

В каких случаях мыть руки с мылом просто жизненно необходимо?

К чему может привести пренебрежение этой привычкой?

Есть ли альтернатива?

**Мойте руки с мылом — это жизненно необходимо!**



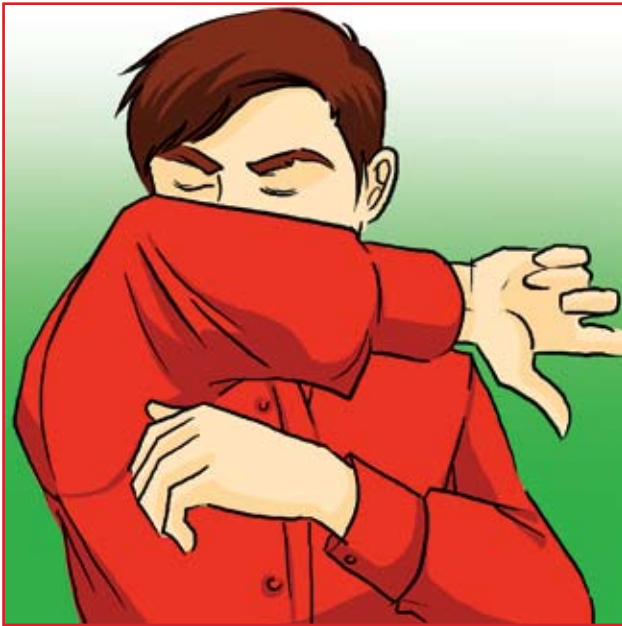
**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

3

# ПРИКРЫВАЙТЕ НОС И РОТ, КОГДА КАШЛЯЕТЕ ИЛИ ЧИХАЕТЕ



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 3

# ПРИКРЫВАЙТЕ НОС И РОТ, КОГДА КАШЛЯЕТЕ ИЛИ ЧИХАЕТЕ

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Принято ли у вас прикрывать нос и рот при кашле или чихании?

Прикрываете ли вы рот и нос, когда чихаете или кашляете?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Когда люди кашляют или чихают, в воздухе распространяются микробы.
- Старайтесь не отхаркивать мокроту в общественных местах, поскольку это также может стать причиной распространения микробов.
- Прикрывайте рот и нос платком или салфеткой, чтобы предотвратить распространение гриппа.
- Если у вас нет салфетки или носового платка, используйте свой рукав.
- Чтобы избежать распространения гриппа:
  - выбрасывайте использованные носовые платки в мусорное ведро;
  - каждый день стирайте свои носовые платки с мылом;
  - мойте руки с мылом, если вы кашляли или чихали.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему нужно обязательно прикрывать нос и рот во время кашля или чихания?

В каких случаях прикрывать нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, просто жизненно необходимо? К чему может привести пренебрежение этой привычкой?

Есть ли альтернатива?

**Если у вас нет салфетки или носового платка,  
прикройте рот рукавом.**



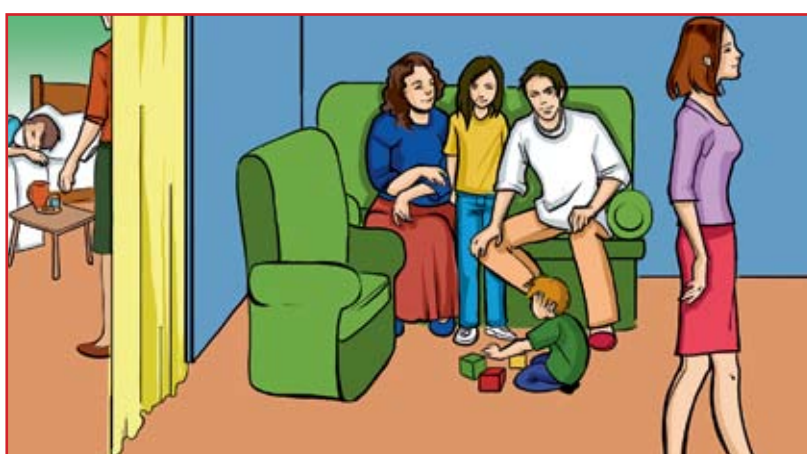
**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

4

# ЕСЛИ ВЫ БОЛЬНЫ — ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 4

# ЕСЛИ ВЫ БОЛЬНЫ — ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Какие меры вы предпринимаете во время эпидемии гриппа?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Грипп распространяется при тесном контакте с зараженным человеком.
- Грипп быстро распространяется в местах большого скопления людей: школы, предприятия, магазины, детские сады и пр.
- Сотрудники министерства здравоохранения уведомят население, когда следует:
  - остаться дома;
  - избегать общественных мест;
  - запастись продуктами и аварийными источниками питания;
  - можно опять посещать общественные места.
- Определите одного человека в своей семье, который, в случае необходимости, будет регулярно ходить за покупками.
- У пожилых людей, беременных женщин, детей младше 5 лет и людей с хроническими заболеваниями (туберкулез и ВИЧ/СПИД) протекание гриппа может сопровождаться осложнениями.
- Старайтесь держаться от людей на расстоянии 2-х м, особенно если они больны.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему полезно оставаться дома во время эпидемии гриппа?

К чему может привести пренебрежение этой рекомендацией?

Есть ли альтернатива?

## Если вы больны — избегайте общественных мест!



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.



5

# ТОЛЬКО ОДИН ЧЛЕН ВАШЕЙ СЕМЬИ ДОЛЖЕН УХАЖИВАТЬ ЗА БОЛЬНЫМ РОДСТВЕННИКОМ



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 5

# ТОЛЬКО ОДИН ЧЛЕН ВАШЕЙ СЕМЬИ ДОЛЖЕН УХАЖИВАТЬ ЗА БОЛЬНЫМ РОДСТВЕННИКОМ

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Принято ли у вас, что только один член семьи должен ухаживать за больным родственником?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Лечите больных людей дома, потому что есть вероятность, что помещения и оборудование медицинских учреждений будут не способны справиться с большим наплывом пациентов во время пандемии гриппа.
- Только один член вашей семьи должен ухаживать за больным родственником, чтобы не подвергать риску заражения остальных.
- Больной должен носить маску или прикрывать нос и рот платком с целью предотвращения распространения заболевания.
- Надевайте маску или прикрывайтесь носовым платком, когда близко подходите к больному.
- Ограничьте количество посетителей к больному, чтобы избежать распространения гриппа.
- Выделите больному отдельную посуду, полотенце и постельное белье.
- Больные с серьезными осложнениями гриппа (затруднение дыхания и боль в груди) должны, по возможности, обратиться в медицинское учреждение.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему важно, чтобы только один член вашей семьи ухаживал за больным родственником?

К чему может привести пренебрежение этой рекомендацией?

Есть ли альтернатива?

## Ограничьте количество посетителей к больному!



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

6

# ВЫЗДОРАВЛИВАЙТЕ В ОТДЕЛЬНОМ ПОМЕЩЕНИИ



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.

# 6

# ВЫЗДОРАВЛИВАЙТЕ В ОТДЕЛЬНОМ ПОМЕЩЕНИИ

## ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Что вы видите на этих рисунках?

Принято ли в вашей семье, что больной родственник должен находиться в отдельном помещении?

## КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ

- Больные члены семьи должны находиться дома до полного выздоровления, при осложнениях (боль в груди, затруднение дыхания) следует обратиться к врачу.
- Если вы больны гриппом, избегайте тесного контакта с остальными членами семьи.
- Позаботьтесь об изолированном помещении для больного человека.
- Только один член вашей семьи должен ухаживать за больным родственником.
- Тщательно мойте посуду, которую использует больной человек.
- Изолируйте больного человека до полного выздоровления.
- Если вы больны гриппом, общаясь с людьми, прикрывайте рот и нос.

## ИТОГОВЫЕ ВОПРОСЫ

Почему важно изолировать больного родственника?

К чему может привести пренебрежение этой рекомендацией?

Есть ли альтернатива?

**Изолируйте больного человека  
до полного выздоровления!**



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Подготовлено AED  
9 сентября 2009 г.