

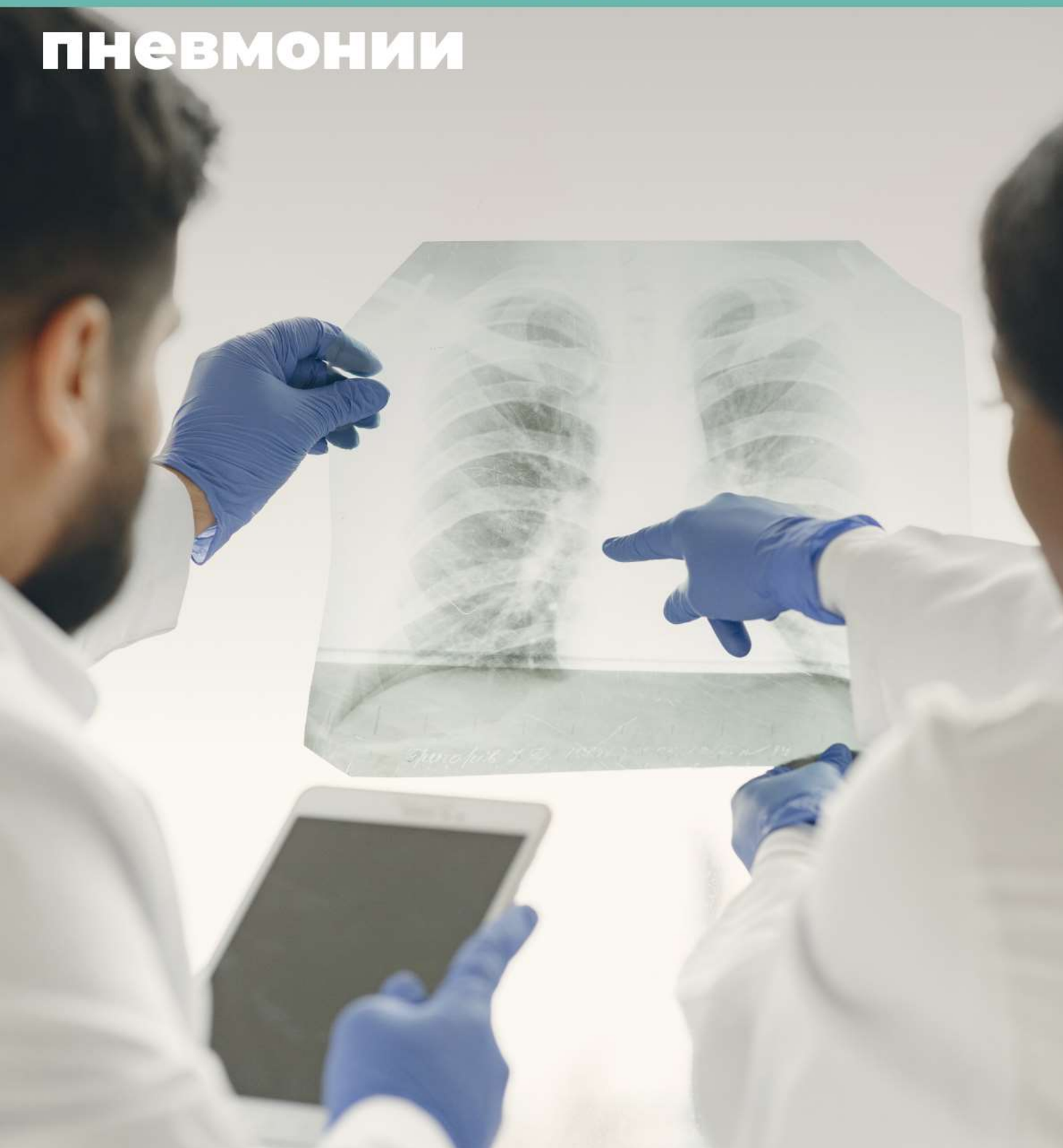


Федеральная служба
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека



ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ
В РЕСПУБЛИКЕ
БАШКОРТОСТАН

Профилактика внебольничной пневмонии



Профилактика внебольничной пневмонии

1. Специфическая профилактика

Самый эффективный метод защиты является вакцинация против заболеваний, которые способны вызвать пневмонию, а именно гемофильной инфекции, кори, коклюша, пневмококковой инфекции.

После перенесения пневмонии не вырабатывается иммунитет, переболевший человек подвержен новому заражению в последующем. Учитывая то, что пневмония часто выступает осложнением после перенесенного заболевания ОРВИ и гриппом, то ежегодная вакцинация против гриппа является наиболее эффективным способом профилактики.

2. Неспецифическая профилактика:

- ✓ соблюдение режима труда/отдыха;
- ✓ соблюдение правил личной гигиены;
- ✓ проветривание рабочих и жилых помещений несколько раз в день;
- ✓ регулярная влажная уборка;
- ✓ 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. Укрепляйте иммунитет. Избегайте переохлаждений и сквозняков;
- ✓ своевременное лечение сопутствующих заболеваний.

В случае заболевания, не стоит идти на работу или вести ребенка в сад, школу, так как можно заразить людей находящихся в контакте.

Не занимайтесь самолечением! Вызовите врача на дом или обратитесь за медицинской помощью в медицинское учреждение.



02.fbuz



vk.com/sesufa

sesufa.ru

Пневмония относится к тем опасным заболеваниям, которые легче предупредить, чем после заниматься лечением!

Внебольничная пневмония - острое воспалительное заболевание легких, которое возникает вне медицинского учреждения или выявленное в первые 48 часов с момента поступления в стационар.

Симптомы – лихорадка (38-40⁰С), кашель, выделение мокроты, боль в грудной клетке, одышка.

Источник инфекции – человек, больной или носитель возбудителя. Инфекция передается воздушно-капельным путем (при чихании, кашле, разговоре).

Основными возбудителями пневмонии являются:

- бактерии (пневмококки, микопlasма, гемофильная палочка, легионеллы, стафилококк);
- вирусы (вирусы гриппа А и В, аденовирусы, РС-вирусы, вирусы парагриппа);
- грибы;
- простейшие.

Группа риска:

- ✚ дети до 5 лет
- ✚ люди старше 60 лет
- ✚ лица с хроническими заболеваниями (заболевания сердца, почек, печени, иммунодефицитные состояния)



02.fbuz



vk.com/sesufa

sesufa.ru

Города и районы

Уфа

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Туймазы, Белебей

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Бирск, Нефтекамск, Дуванском районе

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Стерлитамак

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Кумертау, Сибай

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Белорецк

Адрес, телефон, почта

Уфа, Шафиева, 7
+7 (347) 287-85-00
fguz@02.rospotrebnadzor.ru

Туймазы, Л. Морозова, 1, офис 1
+7 (34712) 7-25-96
z02@02.rospotrebnadzor.ru

Белебей, Волгоградская, 4/1
+7 (34716) 4-24-67, +7 (34716) 4-24-56
z03@02.rospotrebnadzor.ru

Бирск, Калинина, д. 18
+7 (34714) 3-35-98
z05@02.rospotrebnadzor.ru

Нефтекамск, Социалистическая, 10
+7 (34713) 4-26-69
z06@02.rospotrebnadzor.ru

с. Месягутово, Больничная, д. 4
+7 (34798) 3-35-93
z04@02.rospotrebnadzor.ru

Стерлитамак, Революционная, 2А
+7 (3473) 30-13-17
z07@02.rospotrebnadzor.ru

Кумертау, Гафури, 29
+7 (34761) 4-38-85
z09@02.rospotrebnadzor.ru

Сибай, Кирова, 44
+7 (34775) 2-29-73, +7 (34775) 2-38-35
z11@02.rospotrebnadzor.ru

Белорецк, Пушкина, 61/1
+7 (34792) 3-18-79
z10@02.rospotrebnadzor.ru



02.fbuz



vk.com/sesufa

sesufa.ru