

Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Panevėžio departamentas (NVSC Panevėžio departamentas) informuoja, kad artėja 2018-2019 m. gripo sezonas, trunkantis nuo 40-osios kalendorinės metų savaitės iki 20-osios kitų metų kalendorinės savaitės.

Pasiskiepyti nuo gripo rekomenduojama kasmet

Kasmet kuriama nauja vakcina nuo gripo, todėl reikia skiepytis kasmet. Skiepijant, ypatingai rizikos grupėms priklausančius asmenis, siekiama žmones apsaugoti nuo gripo ir jo sukeltų komplikacijų: bronchito, plaučių uždegimo, sinusito, ausų uždegimo, lėtinių ligų paūmėjimo ir kt.

Sezoninė gripo vakcina pristatyta į asmens sveikatos priežiūros įstaigas (ASPI)

Gyventojai, ypač priklausantys rizikos grupėms, jau gali kreiptis į savo šeimos gydytoją ir pasiskiepyti nuo gripo.

Panevėžio regione 2018-2019 m. gripo sezono metu planuojama paskiepyti 11 179 asmenis, priklausančius rizikos grupėms, kurios, kaip ir ankstesniąją gripo sezoną, išliko tos pačios:

- 65 m. ir vyresni asmenys;
- nėščiosios;
- asmenys, gyvenantys socialinės globos ir slaugos įstaigose;
- asmenys, sergantys lėtinėmis širdies ir kraujagyslių, kvėpavimo takų, inkstų ligomis, lėtinėmis ligomis susijusiomis su imuniniais mechanizmais, piktybiniais navikais;
- sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojai.

2017-2018 m. gripo sezoną Panevėžio regiono gyventojai skiepijosi aktyviai. NVSC Panevėžio departamento duomenimis, Panevėžio regiono ASPI buvo įskiepytos visos (9 697) valstybės lėšomis apmokėtos sezoninio gripo vakcinos dozės.

Nespecifinės profilaktikos priemonės

- **nuolat plauti rankas;**
- laikytis čiaudėjimo bei kosėjimo higienos;

- grūdintis;
- gerti daug skysčių;
- valgyti daugiau vaisių ir daržovių;
- sergant neiti į darbą, o vaikų neleisti į ugdymo įstaigas.

