**Лучше не болеть**

Осенью заболеваемость сезонными инфекциями сильно возрастает. Данная проблема актуальна, как для взрослого населения, так и для детского. Головная боль, высокая температура тела, слабость – эти и другие симптомы указывают на то, что у пациента ОРВИ.

Специалисты напоминают, существуют правила, соблюдая которые можно защититься от респираторных инфекций.

 **Что нужно знать, чтобы избежать заболевания?**

По утверждению специалистов, в нашей стране доля респираторных инфекций составляет 90 процентов (на долю детей приходится около 50 процентов). Риск инфицирования у детей выше с началом учебного года.

Бороться с заболеваемостью специалисты призывают с помощью **вакцинации**.

У тех пациентов, кто прошёл вовремя вакцинацию, шансов не заразиться намного больше, чем у тех, кто прививку просто проигнорировал.

Анализ заболеваемости в сезоне 2022/2023гг показал, что более 90 процентов людей, имеющих лабораторно подтверждённый диагноз, вакцинацию не проходили.

В этом году перед началом эпидемиологического сезона, как и каждый год можно сделать прививки. **Вакцинация пройдёт с октября месяца по ноябрь**. Особенно важно обезопасить тех, кто находится в группе риска. **В эту категорию входят пациенты с хроническими заболеваниями и сниженным иммунитетом, пожилые люди от 65 лет и старше, беременные женщины, дети от 6 месяцев до 3-х лет. Обязательна вакцинация для людей, чья профессиональная деятельность связана с общением - медиков, педагогов, работников торговли, общественного питания, коммунальных работников.**

Количество заболеваемости увеличивается с наступлением холодов. **Подъём заболеваемости** в этом сезоне прогнозируется на январь – март, пик заболеваемости прогнозируется на февраль месяц.

Важно понимать: вакцинация не гарантирует, что человек не заболеет. Однако прививка защищает от тяжёлого течения заболевания и критических для организма последствий.

Специалисты напоминают, что **прививку от гриппа можно делать одновременно с прививкой от ковида.**

Если же по каким-то причинам пациенту не рекомендуется проводить двойную вакцинацию, специалисты рекомендуют сделать между ними перерыв **в 2 недели**.

Специалисты призывают не заниматься самолечением в домашних условиях, а при появлении таких симптомов, как **слабость, быстрая утомляемость, высокая температура, насморк, кашель, боль в горле** - обратиться к врачу специалисту.

Помните, только у специалиста можно получить адекватную медицинскую помощь, а родителям подскажут препараты, которые подойдут больному ребёнку и приведут его к скорейшему выздоровлению.