



## Тюменцам напоминают о важности своевременной вакцинации

Наступает сезон гриппа, а значит многие люди столкнутся со снижением иммунитета и повышенной вероятностью заболеть гриппом и даже пневмонией. Центр культуры и творчества «Тюмень» призывает горожан соблюдать все меры предосторожности и заботиться о здоровье – как собственном, так и окружающих.

Первое, что необходимо помнить – оставаться дома при появлении первых признаков заболевания. Среди них высокая температура, головная боль, кашель, боль в горле, ломота в мышцах или суставах. Обязательно вызовите врача на дом, пейте больше жидкости и старайтесь не контактировать с другими людьми, чтобы избежать передачи инфекции.

Основной способ профилактики гриппа в эпидсезон – своевременная вакцинация. Ей сейчас стоит уделить особое внимание. Вся вакцина распределяется по областным больницам и городским поликлиникам. Бесплатно поставить прививку может любой желающий, достаточно лишь предъявить полис.

Грипп опасен осложнениями. Одно из самых страшных последствий – пневмония. В период пандемии это заболевание обретает еще более грозный характер.

Прививку против пневмококковой инфекции бесплатно ставят детям раннего возраста и призывникам. Такую прививку можно сделать за счет личных средств.

Не затягивайте лечение, если столкнулись с ОРВИ или осложнениями, вызванными пневмококками. Памятки помогут вам подготовиться к профилактике заболеваний.