

- ręczniki papierowe lub suszarki do rąk, papier toaletowy,
- kosze na śmieci z zamknięciem (pokrywką), opróżniać zaraz po zakończeniu pracy lub w zależności od potrzeb,

SZCZEPIENIA PRZECIWKO GRYPIE

Najskuteczniejszą metodą uniknięcia zachorowania i związanych z nim powikłań jest profilaktyka pod postacią corocznego szczepienia poprzedzającego sezon zachorowań na grypę. W Polsce dostępne są (na receptę) szczepionki przeciwko grypie produkowane przez kilka firm. Ich skład jest zgodny z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia.

Bezpieczne i skuteczne szczepionki są dostępne i stosowane od ponad 60 lat. Wśród zdrowych osób dorosłych, szczepionka przeciw grypie może zapewnić odpowiednią ochronę. Jednak wśród osób starszych, szczepionka przeciw grypie może być mniej skuteczna w zapobieganiu chorobie, ale może zmniejszyć nasilenie objawów choroby oraz częstości występowania powikłań i zgonów.

W Polsce coroczne szczepienia są zalecane przez ekspertów wszystkim osobom powyżej 6 miesiąca życia, a w szczególności:

- osobom chorym na choroby przewlekłe,
- zdrowym dzieciom w wieku od 6 miesiąca życia do 18 roku,
- osobom w wieku powyżej 55 lat,
- pracownikom ochrony zdrowia oraz placówek zapewniających opiekę osobom chorym i niepełnosprawnym,
- pracownikom wykonującym zawody wymagające ciągłego kontaktu z ludźmi.

Kwalifikację osoby do szczepienia przeprowadza lekarz, a samo szczepienie może być wykonywane wyłącznie przez lekarza lub pielęgniarkę. Ze względu na zmienność antygenową grypy konieczne jest coroczne ponawianie szczepienia.

Sporządziła:

Marzena Woźniak