

Профилактика гриппа и ОРВИ

Актуальная памятка для эпидемического сезона 2026–2027

Сезон 2026–2027: прививочная кампания против гриппа стартовала в сентябре 2026 года. Оптимальное время для вакцинации — сентябрь–октябрь, чтобы иммунный ответ успел сформироваться до сезонного подъёма заболеваемости.

Почему вакцинация важна

- Вакцинация остаётся основной специфической мерой профилактики гриппа и снижает риск тяжёлого течения и осложнений.
- Состав вакцин обновляется ежегодно; в сезоне 2026–2027 изменены все три рекомендованных штамма. Особое внимание вакцинации уделяется детям, беременным, людям с хроническими заболеваниями, лицам старше 60 лет и медицинским работникам.

Как снизить риск заражения

- Регулярно мойте руки с мылом или используйте кожный антисептик; не касайтесь немытыми руками глаз, носа и рта.
- Проветривайте помещения и проводите влажную уборку.
- В период сезонного подъёма заболеваемости избегайте тесных контактов с заболевшими и по возможности сокращайте время в местах большого скопления людей.
- В местах массового скопления людей и при уходе за заболевшим можно использовать медицинскую маску; одноразовую маску своевременно меняйте.

Если появились симптомы

- Оставайтесь дома, ограничьте контакты и при повышении температуры, выраженной слабости, кашле, боли в горле или других симптомах ОРВИ обратитесь за медицинской помощью.
- Не начинайте антибиотики самостоятельно: на вирусы они не действуют и назначаются врачом только при наличии показаний.
- При быстром ухудшении состояния, одышке, нарушении сознания или других тяжёлых симптомах необходима срочная медицинская помощь.

Важно для пациентов стоматологии: при остром респираторном заболевании или высокой температуре заранее позвоните в клинику и обсудите перенос планового приёма. При неотложной стоматологической проблеме сообщите о симптомах при записи.

Источники: Роспотребнадзор — «Старт прививочной кампании 2026–2027» (04.09.2026); рекомендации по профилактике гриппа и ОРВИ (обновление 31.08.2026); постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 06.07.2026 № 22. Материал носит справочный характер и не заменяет консультацию врача.