Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Грипп

Данная информация рассказывает о гриппе, в том числе о путях его распространения и о том, как можно снизить риск заражения этим заболеванием.

Что представляет собой грипп?

Возбудителем гриппа является вирус, который поражает вашу респираторную систему и может вызывать развитие инфекции. В респираторную систему входит нос, горло и легкие.

Грипп может представлять серьезную угрозу для больных раком и другими заболеваниями. Он также может представлять угрозу для людей с ослабленной иммунной системой. Ваша иммунная система состоит из клеток, тканей и органов, которые помогают организму противостоять болезням. Рак и его лечение, например химиотерапия, могут ослабить вашу иммунную систему. Из-за этого вам может быть сложно противостоять гриппу. Если вы заболеете гриппом, вы также можете подвергнуться большему риску возникновения других проблем со здоровьем.

Безопасно ли одновременно ставить прививку от гриппа и вакцину против COVID-19?

Да, одновременное получение вакцины против COVID-19 и других вакцин с прививкой от гриппа является безопасным. Вам не нужно выжидать какой-либо интервал времени между ними. Важно защищаться и от COVID-19, и от гриппа.

Каковы симптомы гриппа?

Если вы заболели гриппом, у вас может появиться один или несколько из следующих симптомов:

- повышенная температура (выше 100,4° F [38° C]) или температура, указанная вашим медицинским сотрудником;
- боль в горле;
- озноб;
- кашель;
- проблемы с дыханием (например одышка или сдавленность в груди);
- головная боль;
- насморк;
- боль в теле;
- усталость и общий дискомфорт.

Многие симптомы гриппа схожи с симптомами COVID-19. Если вы заметили у себя эти симптомы, немедленно позвоните вашему медицинскому сотруднику.

Как распространяется грипп?

Грипп распространяется посредством контакта с капельками жидкости из носа и горла инфицированного человека. Капельки, содержащие вирус, попадают в воздух, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Вы легко можете вдохнуть эти капельки и заразиться инфекцией.

Грипп также может распространяться при попадании этих капелек на поверхности, окружающие инфицированного человека. Если вы касаетесь такой поверхности, а после этого - своего носа, рта или глаз, вы можете заразиться.

Что я могу сделать, чтобы снизить риск

заражения гриппом или передачи его другим людям?

- Ежегодно делайте прививку от гриппа.
- Попросите родных и близких друзей сделать прививку от гриппа.
- Всегда кашляйте и чихайте, закрывшись салфеткой или сгибом руки, а не ладонью.
- Мойте руки в течение минимум 20 секунд или используйте спиртосодержащий антисептик для рук, особенно после того, как кашлянете или чихнете. Чтобы узнать, как следует правильно мыть руки, ознакомьтесь с нашим материалом *Гигиена рук и предотвращение инфекций* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection).
- Не пользуйтесь совместно с другими людьми такими принадлежностями, как чашки, стаканы, столовые приборы или игрушки.
- Избегайте близких контактов с людьми, у которых есть симптомы простуды или гриппа.
- Если у вас появились симптомы гриппа, избегайте близких контактов с другими до полного исчезновения этих симптомов.

Вы можете принять антивирусные лекарства, которые помогут предотвратить или ослабить гриппозные симптомы. Ваш медицинский сотрудник может назначить вам их прием. Эти лекарства не должны заменять ежегодную прививку от гриппа.

Где я могу сделать прививку от гриппа?

Вы сможете сделать прививку от гриппа в ближайшей аптеке. Чтобы найти ближайший к вам пункт, где можно сделать прививку от гриппа, посетите веб-сайт www.vaccinefinder.org. Если вы пациент центра Memorial Sloan Kettering (MSK), вы можете сделать прививку от гриппа в отделении MSK. Позвоните своему медицинскому сотруднику, чтобы записаться на прием.

Когда нужно делать прививку от гриппа?

Мы рекомендуем делать прививку от гриппа в сентябре или октябре. Прививку от гриппа можно делать в любое время, но максимально ранняя вакцинация может защитить вас в течение всего сезона гриппа.

Могу ли я заразиться гриппом от прививки от гриппа?

Нет, прививки от гриппа не вызывают грипп. Самые распространенные побочные эффекты: болезненность, покраснение, чувствительность и припухлость в месте укола.

Что произойдет, если я заболею гриппом, находясь в больнице?

Если вы заболеете гриппом во время пребывания в больнице, мы примем особые меры предосторожности, чтобы предотвратить распространение инфекции.

Если вы заболеете гриппом во время пребывания в больнице:

- Вас поместят в отдельную палату.
- Любой входящий в вашу палату будет должен вымыть руки с мылом или протереть их спиртосодержащим антисептиком для рук перед входом и после выхода из вашей палаты. На вашей двери повесят специальный знак в качестве напоминания.
- Любой входящий в вашу палату будет должен надеть маску, желтый халат и перчатки на время пребывания в вашей палате. Они выдаются за пределами вашей палаты. На вашей двери повесят специальный знак в качестве напоминания.
- Если вы выходите из своей палаты для проведения диагностических исследований, вам следует надеть маску, желтый халат и перчатки.
- Вам будут запрещены прогулки по отделению и доступ в следующие

зоны больницы:

- кладовая для продуктов в вашем отделении;
- центр отдыха в M15;
- детские зоны отдыха в M9 и в Педиатрическом центре амбулаторной помощи (Pediatric Ambulatory Care Center, PACC);
- кафетерий;
- основной вестибюль;
- любые другие зоны общего пользования на территории больницы.

При соблюдении этих мер предосторожности у вас в палате могут проводиться сеансы арт-терапии или массажа.

Соблюдение таких мер может быть прекращено после того, как вы перестанете являться источником инфекции для других. Сотрудник обслуживающей вас медицинской бригады сообщит вам, когда это будет безопасно.

У меня грипп. Что мне делать, когда я приду на амбулаторный прием?

- Ваш рот и нос должны быть закрыты маской во время всего приема.
- Во время регистрации на прием сотрудники регистратуры расспросят вас о ваших симптомах. При наличии у вас каких-либо симптомов сотрудник проводит вас в отдельную палату. Там медицинский сотрудник задаст вам дополнительные вопросы о ваших симптомах, чтобы помочь вам получить необходимое лечение.
- Чтобы обеспечить безопасность пациентов и персонала, мы можем менять наши правила посещения чаще, чем обычно. Для получения наиболее актуальной информации посетите веб-сайт www.mskcc.org/visit.
- Если вы почувствуете себя слишком плохо, чтобы прийти на прием, сразу же позвоните вашему медицинскому сотруднику, чтобы

перенести прием на другое время. Вы также можете запросить дистанционный прием. Для получения дополнительной информации о дистанционном приеме ознакомьтесь с материалом *Дистанционные приемы в центре MSK* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/telemedicine-visits-msk).

Где я могу получить дополнительную информацию о гриппе?

Если у вас возникли вопросы, обратитесь к своему медицинскому сотруднику. Кроме того, для получения дополнительной информации вы можете посетить веб-сайты:

Центры контроля и профилактики заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention)
www.cdc.gov/flu

Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк
www.health.ny.gov/flu

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

The Flu (Influenza) - Last updated on June 25, 2026
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center