



**НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ В  
ТУЛЬСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ  
КОЛЛЕДЖЕ**

**20-24 сентября 2021 года**

«НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ»  
ОТКРЫЛАСЬ ВИДЕО-ПРЕЗЕНТАЦИЕЙ В  
ДИАЛоговом ОКНЕ  
«ЖИЗНЬ – ЭТО СЧАСТЬЕ, СОТВОРИ ЕГО САМ!»



# СТУДЕНТЫ КОЛЛЕДЖА ЗАПУСТИЛИ ФЛЕШМОБ «МЫ ПРОТИВ НАРКОТИКОВ!»



В БИБЛИОТЕКЕ КОЛЛЕДЖА ОРГАНИЗОВАНА  
ВЫСТАВКА «НЕЛЕГКИЙ ШАГ К ЮНОСТИ».  
МУРАТОВОЙ В.Г. ПОДГОТОВЛЕНЫ БУКЛЕТЫ ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ И ПОДРОСТКОВ «СВЯТАЯ НАУКА –  
РАССЛЫШАТЬ ДРУГ ДРУГА.»



# В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ ВКОНТАКТЕ ЗАПУСТИЛИ РУБРИКУ «ЗДОРОВЫЙ Я – ЗДОРОВАЯ СТРАНА!» (НА ОСНОВЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ МАТЕРИАЛОВ РОСПОТРЕБНАДЗОРА)

## ГИД ПО КВАДРИВАЛЕНТНОЙ ВАКЦИНЕ ПРОТИВ ГРИППА

**ЧТО ТАКОЕ КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?**

Квадριвалентная (четырёхвалентная) вакцина против гриппа предназначена для защиты от четырех различных типов вирусов гриппа:

- двух вирусов гриппа типа А
- двух вирусов гриппа типа В

**КТО В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ДОЛЖЕН ПОЛУЧИТЬ КВАДРИВАЛЕНТНУЮ ВАКЦИНУ ПРОТИВ ГРИППА?**

В первую очередь вакцину получают: работники медицинских, транспортных, образовательных организаций, коммунальных служб, студенты ВУЗов, люди, с хроническими заболеваниями, призванные, беременные, дети, лица старше 60 лет.

**МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ ПОСЛЕ КВАДРИВАЛЕНТНОЙ ВАКЦИНЫ?**

Нет, эта вакцина не может вызывать заболевание гриппом, потому что вакцинные вирусы, используемые для ее производства, инактивируются (убиваются) или ослабляются.

**ЗАЧЕМ НУЖНА КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?**

Раньше вакцины против гриппа защищали от трех различных вирусов гриппа (трехвалентные вакцины). Они включали в себя вирус гриппа типа А (H1N1), вирус гриппа типа А (H3N2) и один вирус гриппа типа В.

Надо было выбирать только один подтип вируса гриппа типа В, хотя есть два подтипа вируса гриппа типа В, которые равновероятно циркулируют в течение большинства сезонов. В итоге, вакцина может не защищать от не включенного в нее варианта вируса гриппа типа В.

Добавление еще одного подтипа вируса гриппа типа В в вакцину сделало ее более эффективной.

**БЕЗОПАСНА ЛИ КВАДРИВАЛЕНТНАЯ ВАКЦИНА ПРОТИВ ГРИППА?**

Да. Эта вакцина имеет профиль безопасности, аналогичный вакцинам против сезонного гриппа, изготовленным для защиты от трех вирусов, с похожими, в основном, легкими, побочными эффектами.

**ЧТО ДЕЛАТЬ ЛЮДЯМ, ЕСЛИ ОНИ НЕ МОГУТ НАЙТИ ЧЕТЫРЕХВАЛЕНТНУЮ ВАКЦИНУ?**

Не откладывайте вакцинацию, если не можете найти четырехвалентную вакцину. Важно сделать прививку от гриппа. Вакцинируйтесь трехвалентной вакциной, если квадριвалентная вакцина недоступна.

вирус гриппа типа А (H1N1)  
вирус гриппа типа А (H3N2)  
антиген вируса гриппа типа В (линия Yamagata)  
антиген вируса гриппа типа В (линия Victoria)

ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора

[www.egon.ru](http://www.egon.ru)

## МЕДИЦИНСКАЯ МАСКА

**ПРАВИЛА  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
МЕДИЦИНСКИХ  
МАСОК**

- ✓ **СКОЛЬКО РАЗ?**  
 Медицинскую маску используют однократно
- ✓ **ВАЖНО!**  
 При наличии специальных складок на маске их надо развернуть, а при наличии вшитой гибкой пластины в области носа, ее следует плотно пригнать по спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу
- ✓ **КАК ЧАСТО?**  
 Менять маски - 1 раз в 3 часа (или чаще). Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую
- ✓ **УТИЛИЗАЦИЯ**  
 В медицинских организациях использованные медицинские маски подлежат обеззараживанию и удалению как отходы класса Б. В домашних условиях использованные маски собирают в отдельный пакет и утилизируют вместе с бытовым мусором.

- ✓ **КАК?**  
 Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос и подбородок, и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать). Если одна из поверхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу
- ✓ **ОСТОРОЖНО!**  
 При использовании маски необходимо избегать прикосновений к фильтрующей поверхности руками. В случае прикосновения к маске необходимо вымыть руки (провести обработку рук кожными антисептиками)
- ✓ **КАК СНИМАТЬ?**  
 Снимать маску надо за резинки (завязки), не прикасаясь к фильтрующей поверхности

[egon.ruspotrebnadzor.ru](http://egon.ruspotrebnadzor.ru)



# В ГРУППАХ ПРОШЛИ КЛАССНЫЕ ЧАСЫ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»



# «СДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР»

**СДЕЛАЙ  
ПРАВИЛЬНЫЙ  
ВЫБОР**



# «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



# «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА»



22.09.2021 В РАМКАХ «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ» В КОЛЛЕДЖЕ ПРОШЛИ ВСТРЕЧИ СТУДЕНТОВ 1-2 КУРСОВ С НАЧАЛЬНИКОМ ОДН ОП ЦЕНТРАЛЬНЫЙ УМВД РОССИИ ПО ТУЛЕ ПОДПОЛКОВНИКОМ ПОЛИЦИИ ТАРАНОВОЙ Е.М. и СОТРУДНИКОМ ОДН ОУУП и ДН ОП «ЦЕНТРАЛЬНЫЙС» УМВД РОССИИ ПО Г.ТУЛЕ МАЙОРОМ ПОЛИЦИИ ВИДИШЕВОЙ Н.В.



БЫЛИ ОСВЕЩЕНЫ ТЕМЫ: «ЗАКОН И ТЫ», «АДМИНИСТРАТИВНАЯ И УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, КОТОРАЯ НАЗНАЧАЕТСЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ».



НА СОБРАНИИ ОБЩЕЖИТИЯ ПЕРЕД  
ПЕРВОКУРСНИКАМИ ВЫСТУПИЛИ НАЧАЛЬНИК ОДН ОП  
ЦЕНТРАЛЬНЫЙ УМВД РОССИИ ПО ТУЛЕ ПОДПОЛКОВНИКОМ  
ПОЛИЦИИ ТАРАНОВА Е.М. и СОТРУДНИК ОДН ОУУП и ДН ОП  
«ЦЕНТРАЛЬНЫЙС» УМВД РОССИИ ПО г.ТУЛЕ МАЙОР ПОЛИЦИИ  
ВИДИШЕВА Н.В. с ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ БЕСЕДОЙ ПО  
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ВОВЛЕЧЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ АНТИОБЩЕСТВЕННЫХ И ЭКСТРЕМИСТСКИХ  
ОБЪЕДИНЕНИЙ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
СРЕДИ МОЛОДЕЖИ.



ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫМ АККОРДОМ СТАЛО  
ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ  
«МЫ ВЫБИРАЕМ СПОРТ!»  
СРЕДИ ПЕРВОКУРСНИКОВ.





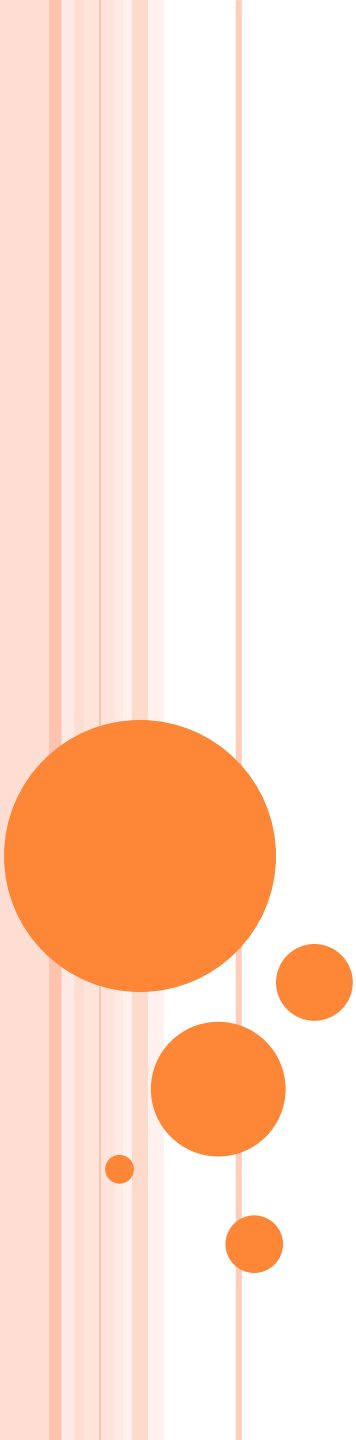


ПРОИГРАВШИХ  
НЕТ!



ПОБЕДИЛИ ДРУЖБА  
И  
ВЗАИМОПОДДЕРЖКА





**ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ВЕРШИНА, НА  
КОТОРУЮ КАЖДЫЙ ДОЛЖЕН  
ЗАБРАТЬСЯ САМ!**