

**Бережіть себе та своїх
близьких!**



**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності
Кіровоградської області**

**ПЕРША ДОПОМОГА ЛЮДИНІ,
ЯКА ЗАХВОРИЛА НА КІР: ЩО
ВАРТО ЗНАТИ І ЯК ДІЯТИ**



м. Кропивницький

Наша адреса:

Україна, 25009, Кіровоградська обл.,
місто Кропивницький, вул. Княгині
Ольги, будинок 2
тел. 0522 330 015
e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
сайт: <https://nmc.dsns.gov.ua/kr>



Наскільки серйозна ця хвороба?

Кір — не просто «дитяча хвороба», якою легко перехворіти. Він може викликати серйозні ускладнення: від пневмонії до ураження мозку. І це захворювання дуже заразне — за статистикою, під час контакту з хворим 9 із 10 невакцинованих можуть інфікуватися. Вірус здатен циркулювати в повітрі приблизно дві години.

Як передається вірус кору

Вірус кору – надзвичайно заразний, він швидко передається від хворої людини до здорової повітряно-крапельним шляхом, тобто під час вдихання найдрібніших крапель слизу, які потрапили в повітря при чханні, кашлі або розмові хворого. Вірус кору може жити в повітрі та на поверхнях до двох годин після того, як хвора людина залишила приміщення.

Після спалаху захворювання вкрай важливо знати, як правильно діяти у разі підозри на кір.

Як розпізнати кір? Основні симптоми:

- Підвищена температура (до 39–40 °C);
- Нежить, сухий кашель, біль у горлі;
- Світлобоязнь, почервоніння очей (кон'юнктивіт);
- Білі плями на слизовій оболонці щік (плями Копліка — характерна ознака кору);

➤ Через 3–5 днів з'являється висип: спочатку на обличчі, потім поширюється на тулуб і кінцівки.

Перша допомога людині з симптомами кору:

1. Ізолювати хворого

➤ Важливо негайно обмежити контакти з іншими людьми, особливо з дітьми, вагітними, людьми зі зниженим імунітетом.

➤ Уникати перебування хворого в місцях загального користування (навчальні заклади, транспорт тощо).

2. Викликати лікаря

➤ Негайно зверніться до сімейного лікаря або зателефонуйте 103, якщо стан тяжкий (висока температура, задишка, порушення свідомості тощо).

➤ Не рекомендується самостійне лікування — важливо підтвердити діагноз і дотримуватися призначеного лікування.

3. Забезпечити спокій і постільний режим

➤ Хворому потрібно перебувати в добре провітрюваному, затіненому приміщенні.

➤ Забезпечте тишу, уникання яскравого світла (особливо при кон'юнктивіті).

4. Слідкувати за температурою тіла

➤ При підвищеній температурі (вище 38,5 °C) дозволено застосовувати жарознижувальні засоби (наприклад,

парацетамол або ібупрофен — згідно з віком і дозуванням).

➤ Заборонено давати аспірин дітям через ризик синдрому Рея.

5. Забезпечити питний режим і легке харчування

➤ Давайте хворому багато рідини: вода, компот, слабкий чай.

➤ Їжа — легкозасвоювана, дрібними порціями.

6. Слідкувати за можливими ускладненнями

➤ При появі задишки, сильного кашлю, вушного болю, блювання, судом — негайно викликайте швидку допомогу!

Що не можна робити:

➤ Ігнорувати симптоми і не звертатися до лікаря.

➤ Продовжувати відвідувати роботу/школу/садочок.

➤ Застосовувати антибіотики без призначення лікаря (кір — вірусне захворювання).

➤ Примусово годувати людину, якщо немає апетиту.

Профілактика — найкраща допомога

Єдиним надійним захистом від кору є вакцинація. Дві дози вакцини КПК (проти кору, паротиту і краснухи) формують надійний імунітет у 95–98% випадків.

Пам'ятайте: кір — дуже заразне захворювання, і самолікування може бути небезпечним.