[Ukranian translation of the [measles warn and informed letter for settings](https://www.gov.uk/government/publications/national-measles-guidelines) – edit highlighted text and remove highlighting before use]

00 month 20XX

Шановний(-на) [Name of recipient]!

**Щодо: Інформації про кір**

Можливо, ви або ваша дитина контактували з людиною, хворою на кір, у (NAME OF PLACE). Це означає, що якщо ви або ваша дитина не будете повністю щеплені проти кору 2 дозами вакцини проти кору, паротиту та краснухи (MMR), ви або ваша дитина маєте ризик захворіти на кір. Цей лист містить інформацію про те, що ви повинні робити, щоб захистити своє здоров’я та здоров’я людей навколо.

Кір — це інфекційна хвороба, яка дуже легко поширюється. Вона може виникнути раптово, і від неї можна швидко занедужати. У кінці цього листа є додаткова інформація про кір, будь ласка, прочитайте її, щоб дізнатися більше про симптоми кору, шляхи його поширення та про вакцинацію проти кору. Також доступна додаткова інформація про кір за посиланням [www.nhs.uk/conditions/measles](http://www.nhs.uk/conditions/measles).

**Коли варто звернутися до свого лікаря загальної практики (GP)**

Деяким людям потрібно якомога швидше звернутися за консультацією до лікаря:

**Люди зі слабкою імунною системою**

Якщо у вас ослаблена імунна система, вам слід звернутися до свого лікаря загальної практики та повідомити йому, що ви могли контактувати з людиною, хворою на кір. Ваш лікар може запропонувати провести тест, щоб дізнатися, чи захищені ви від кору, або призначити вам лікування, щоб зменшити ризик погіршення самопочуття.

**Вагітні жінки**

Якщо ви вагітні та вважаєте, що пропустили дозу вакцини проти MMR, або не впевнені, чи робили щеплення, зв’яжіться зі своїм лікарем або акушеркою та повідомте їм, що ви могли контактувати з людиною, хворою на кір.

**Діти віком до 12 місяців**

Якщо ваша дитина віком до 12 місяців відвідувала (NAME OF PLACE) одночасно з людиною, хворою на кір, зверніться за порадою до свого лікаря загальної практики.

**Люди, які погано себе почувають**

Ви повинні поговорити зі своїм лікарем загальної практики або службою охорони здоров’я (NHS) 111, якщо ви або ваша дитина маєте високу температуру, яка супроводжується кашлем, нежитем, запаленням та почервонінням очей або висипом протягом 3 тижнів після відвідування (NAME OF PLACE) одночасно з людиною, хворою на кір. Ви повинні зателефонувати своєму лікарю загальної практики або до служби охорони здоров’я (NHS) 111, перш ніж відвідати їх особисто. Це робиться для того, щоб уникнути поширення кору на інших.

Повідомте своєму лікарю, що ви або ваша дитина отримали цей лист і, можливо, контактували з людиною, хворою на кір. Може бути важко визначити, коли звернутися за допомогою, якщо ваша дитина занедужала. Якщо ви хвилюєтеся за свою дитину, особливо якщо вона не досягла 2 років, то слід звернутися за медичною допомогою.

**Люди, які не отримали 2 дози вакцини проти MMR**

Якщо ви не впевнені, чи отримали ви або ваша дитина 2 дози вакцини проти MMR, яка захистить вас від кору, зв’яжіться зі своїм лікарем загальної практики, щоб домовитися про вакцинацію. Якщо ви пропустили дозу, ви можете отримати щеплення в будь-якому віці. Будь ласка, перегляньте додаткову інформацію про щеплення проти MMR в інформаційному листку.

**Коли ви можете повернутися до нормальної діяльності, якщо у вас кір**

Хвора на кір людина може поширювати інфекцію протягом 4 днів до появи висипань, а також 4 днів після.

Якщо є підозра, що людина захворіла на кір, їй не слід відвідувати навчальний заклад, дитячий садок або ходити на роботу принаймні протягом 4 днів з моменту першої появи висипу. Їй також слід уникати тісного контакту з немовлятами до 12 місяців, вагітними людьми та людьми з ослабленою імунною системою.

З повагою,

Author’s name

Position or title

**Інформаційний листок про кір**

**Що таке кір**

Інфекція кору викликається вірусом і дуже легко передається від людини до людини. Коли з’являються симптоми, люди можуть швидко занедужувати. Захворіти на кір можна в будь-якому віці, але найчастіше хворіють маленькі діти.

**Як поширюється кір**

Заразитися кором можна при тісному контакті з хворим на кір. Зараження може відбутися через повітря, коли людина кашляє або чхає, або через дотик до речей, на які кашляв або чхав хворий на кір. Кір дуже легко поширюється в домогосподарствах та інших місцях, де люди перебувають в тісному контакті.

Ви можете бути захищені від зараження кором, якщо ви отримали 2 дози вакцини проти кору, епідемічного паротиту та краснухи (MMR) або якщо перехворіли на інфекцію раніше.

Хвора на кір людина може поширювати інфекцію протягом 4 днів до появи висипань та 4 днів після.

**Симптоми кору**

Симптоми кору зазвичай проявляються через 10–12 днів після зараження. Іноді до появи симптомів може минути до 21 дня.

Кір зазвичай починається з симптомів, схожих на застуду. Перші симптоми кору:

* гарячка
* нежить або закладеність носа
* чхання
* кашель
* почервоніння, біль, сльози в очах

Через кілька днів на внутрішній стороні щік та на тильній стороні губ можуть з’явитися невеликі білі плями. Ці плями зазвичай зберігаються кілька днів.

Зазвичай висипання з’являються через 2–4 дні після появи симптомів, схожих на застуду. Висипання спочатку з’являються на обличчі та за вухами, а потім поширюються на решту тіла.

Плями корового висипу іноді можуть злегка підніматися над поверхнею шкіри. Вони можуть з’єднуватися і перетворюватися на більші осередки ураження. Зазвичай вони не сверблять.

Висипання виглядають коричневими або червоними на білій шкірі. На загорілій і темній шкірі їх може бути важче помітити.

**Наскільки це тяжка хвороба?**

Приблизно 1 із 15 хворих на кір переносить хворобу дуже важко. Діти молодшого віку, вагітні жінки та люди з ослабленою імунною системою частіше страждають від серйозних симптомів.

Серед важчих ускладнень кору є:

* вушні інфекції
* інфекція легенів (пневмонія)
* діарея
* зневоднення
* судоми (що зустрічаються рідше)

Зараження кором під час вагітності може призвести до втрати дитини або передчасних пологів.

**Профілактика кору**

Вакцина проти MMR є найкращим способом профілактики кору.

Вакцина зазвичай вводиться дітям у два прийоми. Першу дозу дають дітям віком від 12 місяців, другу — після 3 років і 4 місяців.

Якщо виявиться, що ваша дитина має тісний контакт з людиною, хворою на кір, інколи ваш лікар може порекомендувати введення вакцини проти MMR раніше зазначених доз. Якщо дозу дають немовляті віком до 12 місяців, звичайні 2 дози вакцини проти MMR все одно потрібно вводити у відповідний час (з мінімальним інтервалом в 1 місяць між будь-якими дозами).

Якщо ви вважаєте, що хтось пропустив дозу або взагалі міг не отримати жодної, щеплення можна зробити в будь-якому віці. Батьки та опікуни можуть перевірити в червоній книжці своєї дитини записи про щеплення.

Вагітним жінкам або людям з ослабленою імунною системою не слід робити щеплення. Якщо вони вважають, що контактували з хворим на кір, їм слід поговорити зі своїм лікарем загальної практики або акушером для отримання подальших порад.

Додаткову інформацію про щеплення проти MMR можна знайти на сторінці:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

Або відсканувавши QR-код:

****

**Тримайтеся якомога далі від інших людей, якщо ви хворі на кір**

Хвора на кір людина може поширювати інфекцію протягом 4 днів до появи висипань, а також 4 днів після.

Якщо медичний працівник сказав вам, що у вас може бути кір, вам не слід відвідувати дитячий садок, школу або роботу принаймні протягом 4 днів з моменту першої появи висипу. Ви можете повернутися до нормальної діяльності через 4 дні, якщо почуваєтеся добре й у вас більше немає температури.

**Лікування хворих на кір**

Зазвичай хворі на кір починають одужувати приблизно через тиждень.

Щоб уникнути зневоднення організму, рекомендується відпочивати й пити багато рідини, наприклад, води.

Кір іноді може викликати інші захворювання. Для їх лікування можуть призначити антибіотики.

Якщо медичний працівник сказав вам, що у вас може бути кір і ви вважаєте, що у вас або вашої дитини розвиваються більш серйозні наслідки для здоров’я, вам слід звернутися до свого лікаря загальної практики.

**Додаткову інформацію про кір можна знайти на сторінці:**

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

Або відсканувавши QR-код:

