**Приложения**

Анкета «Мое здоровье»

Отметь наиболее подходящий для тебя ответ.

1. Часто ли ты пропускаешь занятия по болезни, и по каким причинам?

а) из-за простудных заболеваний; б) из-за отсутствия закалки; в) по другим причинам.

2. Делаешь ли утром физическую зарядку?

3. Регулярно ли посещаешь уроки физкультуры?

4. Занимаешься на уроке физкультуры?

а) с полной отдачей; б) без желания; в) лишь бы не ругали.

5. Занимаешься ли ты спортом дополнительно:

6. Кто из членов твоей семьи занимается каким- либо видом спорта?

7. Какой вид закаливания ты применяешь?

а) обливаюсь холодной водой; б) принимаю контрастный душ; в) ничего не делаю.

8. Носишь ли ты защитную маску в период эпидемии гриппа и ОРВИ?

а) Да; б) Нет.

**Анкета**

1. Как вы считаете, грипп – опасное заболевание?

а) нет б) не знаю в) да

2. Знаете ли Вы время инкубационного периода (заражения)

а) сразу б) 3 часа в) 12 часов г) 24 часа и более

3. Знаете ли Вы пути передачи инфекции? Укажите:

а) контактный б) воздушно-капельный в) через продукты питания г) водный

4. Чем опасен грипп? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Ваши действия при заболевании гриппом?

а) сразу обращаюсь к врачу б) пользуюсь советами народной медицины

в) «вылеживаюсь» и никак не лечусь г) не лечусь, переношу болезнь на ногах

6. Считаете ли вы себя информированным в вопросах профилактики гриппа?

а) да б) нет в) затрудняюсь ответить

7. Если в доме больной гриппом, что надо сделать?

а) желательно изолировать больного от других членов семьи

б) выделить отдельную посуду, постельное белье

в) осуществлять влажную уборку и проветривание помещения

г) обратиться к врачу д) использовать средства народной медицины

е) ничего не делать

8. Приходите ли Вы в школу с недомоганием?

а) часто б) иногда в) никогда г) другое

9. Какова вероятность заразиться от больного?

а) низкая б) высокая в) другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Какие меры Вы принимаете для профилактики гриппа?

а) лук, чеснок б) фрукты (в частности цитрусовые)

в) витамины г) иммуностимулирующие средства

д) противовирусные препараты е) прививка против гриппа

ж) избегание людных мест з) маска

и) закаливающие процедуры

11. Проводятся ли профилактические меры против гриппа в Вашем образовательном учреждении?

а) вакцинопрофилактика б) проветривание помещений

в) санитарная обработка помещений

д) ничего не проводится

12. Как Вы оцениваете эффективность прививки от гриппа?

а) прививка может предотвратить болезнь б) не оказывает никакого влияния в) прививка делает только хуже г) другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Как Вы относитесь к вакцинации от гриппа детей

а) это необходимая мера и прививки детей нужно сделать обязательными, вне зависимости от желания родителей

б) это личное дело каждого родителя делать или не делать прививку своему ребенку

г) затрудняюсь ответить.

14. Может ли человек болеть гриппом несколько раз в год?

а) да б) нет в) другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15. Делаете ли Вы прививку от гриппа?

а) да б) нет

16. Когда нужно вакцинироваться от гриппа?

а) не позднее, чем за 2-3 недели до прогнозируемого начала эпидемии гриппа

г) ежегодно в начале осени б) лучше привиться поздно, чем никогда

17. Кому следует вакцинироваться против гриппа?

а) всем людям б) лица старше 60 лет

в) лица, страдающие хроническими заболеваниями внутренних органов

г) часто болеющие острыми респираторными вирусными заболеваниями

д) дети, посещающие дошкольные учреждения, школьники, студенты

е) медработники, работники сферы обслуживания, транспорта, учебных заведений

18. Каким препаратам отдаете предпочтение при лечении гриппа?

а) отечественные б) импортные

19. Назовите причину отказа вакцинации от гриппа

а) убеждение в неэффективности б) боязнь тяжелых осложнений

в) уверенность в наличии других, более эффективных способов защиты

г) мало известно о вакцинации

20. У Вас есть негативное отношение к вакцинации от гриппа?

а) нет б) да, из личного опыта в) да, из средств массовой информации

г) да, от знакомых д) да, от сотрудников медицинских учреждений

21. Какие способы предоставления информации о вакцинации и профилактике гриппа наиболее популярны и понятны для Вас?

а) передачи на радио, телевидении б) лекции, беседы специалистов

в) статьи в популярных газетах, журналах г) самообучение

д) наглядные средства агитации (плакаты, буклеты, памятки)

22. Кто должен проводить разъяснительную работу по вакцинации и

 профилактике гриппа в школе?