

ОСТОРОЖНО !!! ГРИПП !!!



Грипп (от фр. *grippe* - от рус. хрип) — острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Периодически распространяется в виде эпидемий и пандемий. Нередко словом «грипп» в обиходе также называют любое острое респираторное заболевание (ОРВИ), что ошибочно, так как кроме гриппа на сегодняшний день описано еще более 200 видов других респираторных вирусов (аденовирусы, риновирусы, респираторно-синцитиальные вирусы и др.), вызывающих гриппоподобные заболевания у человека.



К гриппу восприимчивы все возрастные категории людей. Источником инфекции является больной человек с явной или стёртой формой болезни, выделяющий вирус с кашлем, чиханием и т. д. Больной заразен с первых часов заболевания и до 5-7-го дня болезни. Вирус гриппа подхватить легко. Он передается от больного человека здоровому воздушно-капельным путем. Попросту — вирус гриппа можно вдохнуть. Во внешней среде вирус легко разрушается, особенно он боится кипячения и облучения ультрафиолетом. Группами высокого риска считаются дети, люди преклонного возраста, беременные женщины, люди с хроническими болезнями сердца, лёгких. Входными воротами для вируса гриппа являются клетки мерцательного эпителия верхних дыхательных путей — носа, трахеи, бронхов. В этих клетках вирус размножается и приводит к их разрушению и гибели.



От заражения до развития полной картины болезни проходит от нескольких часов до 3 дней. Для гриппа характерно резкое начало: поднимается температура (до 39-40°C), возникает слабость, озноб, появляются головные боли и боли в мышцах, краснеет лицо, глаза (конъюнктивит, склерит), возможно «обметывание» губ в результате герпетической инфекции. Впоследствии появляется заложенность носа и небольшое отделяемое из него, сухость, першение и боли в горле, сухой кашель. Возможно расстройство кишечника, связанное с интоксикацией. Если грипп протекает без осложнений, болезнь заканчивается в течение 5-7 дней, но ещё 2-3 недели может сохраняться мышечная слабость, головные боли, утомляемость. Ранние осложнения гриппа встречаются редко, но протекают очень тяжело. К ним относятся: отек легких, менингит (воспаление оболочек мозга), энцефалит (воспаление мозга), отек мозга и т.д.



Самолечение при гриппе недопустимо, особенно для детей и лиц пожилого возраста. Только врач может правильно оценить состояние больного. Грипп — вирусное заболевание, поэтому антибиотиками его вылечить нельзя. Для лечения гриппа применяют:

1. обильное теплое питье, направленное на «промывание» организма и выведение из него токсинов и т.п.;
2. жаропонижающие средства: парацетамол, ибупрофен и т.д. применяют только в случае повышения температуры более 38°C. Не давайте детям аспирин! Прием аспирина может привести к развитию у ребенка синдрома Рея — угрожающего жизни неврологического заболевания.
3. мази для носа: оксолиновая и др.;
4. при сухом кашле - противокашлевые средства; при влажном кашле - средства для разжижения и облегчения отхождения мокроты (отхаркивающие);
5. аскорбиновая кислота, поливитамины;
6. при насморке — сосудосуживающие капли в нос;
7. специальные препараты для лечения гриппа: ремантадин, амантадин, циклоферон. Эффект данных препаратов проявляется только в случае их приема в первые 48 часов после начала заболевания. Они могут предотвратить развитие болезни или сократить ее продолжительность и тяжесть.

1. Наиболее эффективная мера профилактики против гриппа — ежегодная вакцинация против гриппа до начала эпид. сезона.
2. Избегайте тесных контактов с людьми, которые чихают, кашляют.
3. Не прикасайтесь к глазам, носу, рту.
4. Тщательно мойте руки с мылом, промывайте полость носа.
5. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь, и делайте влажную уборку.
6. Пользуйтесь маской в местах скопления людей.
7. Употребляйте в пищу продукты, содержащие витамин С (клюква, брусника, лимон и др.), а также блюда с добавлением чеснока, лука.



При возникновении симптомов гриппа:

1. Оставайтесь дома, не заражайте окружающих.
2. Родители! Не отправляйте больных детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия.
3. При температуре 38-39 гр. С вызовите участкового врача на дом либо бригаду «скорой помощи».
4. Употребляйте жидкости чаще, чем обычно (чай, соки, компоты, морсы).
5. При кашле и чихании прикрывайте нос и рот платком или салфеткой.

ПОМНИТЕ:

- не рекомендуется переносить грипп «на ногах»
- своевременное обращение к врачу и раннее начало лечения (первые 48 часов заболевания) снизят риск развития осложнений гриппа: бронхита, пневмонии, отита, менингита, энцефалита, поражения сердца, почек и других внутренних органов и систем.



Разработчик: м/с кабинета функциональной диагностики Богровецкая О.И.