

Сезонные болячки: грипп и ОРЗ!

Грипп – острое инфекционное заболевание, характеризующееся общей интоксикацией и катаральным поражением верхних дыхательных путей. Серьезность заболевания состоит в возникновении осложнений, к наиболее частым из которых относятся: острый бронхит, пневмония, синдром токсического шока, поражение мозга (энцефалит) и поражение миокарда. Наибольшую опасность грипп представляет для детей, пожилых людей старше 60 лет, людей с хроническими заболеваниями.

Для гриппа характерно повышение заболеваемости в холодное время года. Этому способствуют погодные факторы, рост простудных заболеваний, скученность и тесное общение людей между собой в помещениях, транспорте, сквозняк, прогулки на улице с мокрой головой.

Начало заболевания острое: озноб, головная боль, боли в мышцах, высокая температура до 39-40 градусов. Насморк, кашель, боли при глотании не всегда появляются сразу, в зеве отмечается гиперемия, сухость.

Источником инфекции является больной гриппом человек, он наиболее заразен в первые дни болезни. Заражение происходит воздушно-капельным путем – при разговоре, кашле, чихании с каплями слюны, слизи вирус выделяется в окружающий воздух на расстояние 2-3 метров, например, принятие пищи или напитков с тем, кто болен простудой, поцелуй больного.

Вирус может также сохраняться на носовых платках, полотенцах до нескольких суток. Инкубационный период (время от заражения до заболевания) длится от нескольких часов до 1-2 дней.

Как лечиться? Если вы заболели, срочно ложитесь в постель и вызовите врача на дом. Обязательными мерами профилактики заболевания и дальнейшего распространения инфекции является ношение четырехслойной ватно-марлевой повязки.

Помните – антибиотики на вирус гриппа не действуют! Реально противостоять гриппу, а также простуде поможет вакцинация. Преимущества вакцинации перед другими способами профилактики гриппа: эффективность, удобство, надежность - ежегодное обновление вакцин позволяет адаптировать их к мутациям (изменениям) вируса гриппа

Материал с сайта <http://minzdravrb.ru>

Зинаида Малакишинова, зав. методическим кабинетом РЦМП.