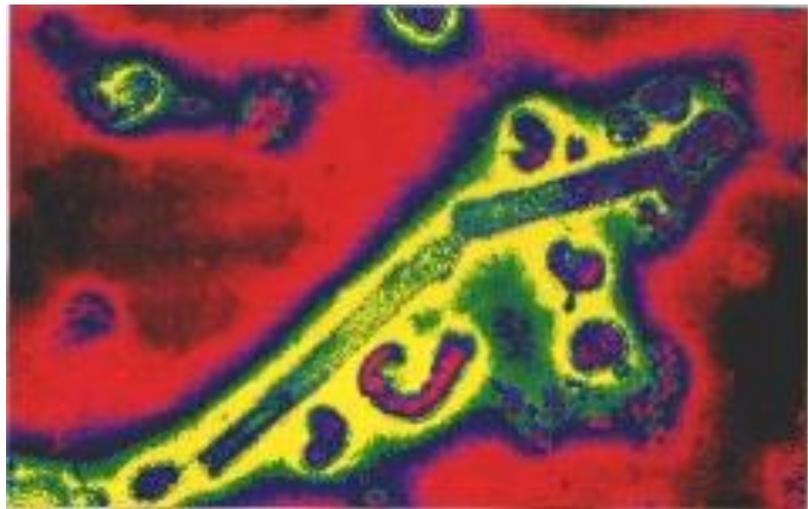


Грипп и ОРВИ



Особенности вируса гриппа

- В теплом воздухе вирус гриппа живет всего несколько часов. А в холодном воздухе (даже при -70 градусах) вирус держится гораздо дольше, да и в охлажденных слизистых оболочках размножается быстрее. Именно поэтому эпидемии гриппа возникают, как правило, в холодное время года.



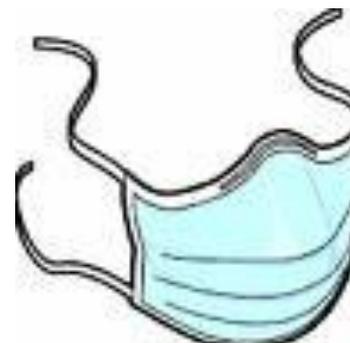
Симптомы

- Грипп - чрезвычайно заразное острое вирусное заболевание, проявляющееся ознобом, головной болью, слабостью, мышечными болями, первоначально сухим мучительным кашлем, заложенностью носа, явлениями конъюнктивита и склерита. Возможны боли в животе, тошнота и рвота(редко). Это же относится к ОРВИ, поэтому их часто путают.



Профилактика

- Почти невозможно предотвратить заболевания во время эпидемии, хотя определенный контроль должен осуществляться, например, следует ограничивать личные контакты, особенно между больными и здоровыми людьми. Существуют различные виды профилактики гриппа (закаливание, чеснок, дибазол, гомеопатические и "народные" средства). Однако все они носят общеукрепляющий характер, и ни одно из них не действует непосредственно против вируса гриппа. Таким образом, все они обладают лишь частичной эффективностью. Тем более, как известно, вирусы гриппа ежегодно мутируют.



Лечение

- ❑ Основные действия при лечении гриппа и ОРВИ направлены на снижение тяжелых симптомов. В острой фазе заболевания рекомендуется постельный режим, покой, обильное питье.
- ❑ При повышении температуры применяют различные жаропонижающие средства (парацетамол, ибупрофен). Аспирин может применяться у взрослых, но он противопоказан детям до 16 лет из-за риска развития синдрома Рея.
- ❑ Для уменьшения заложенности носа используют сосудосуживающие капли (нафтизин, галазолин, ксимелин, отривин, називин, и т.д.).
- ❑ Также (по показаниям) применяют антигистаминные препараты

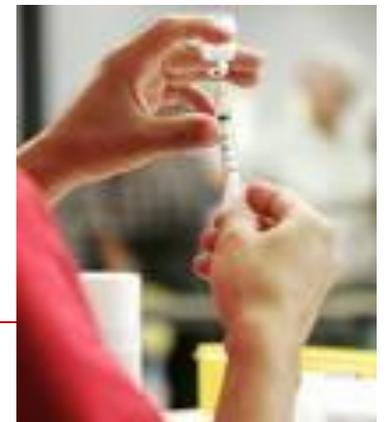
**ГРИППУ - НЕТ!
И ТОЧКА!**



Когда вакцинироваться

- Вакцинацию против гриппа можно проводить в любое время года, но лучше начинать ее осенью, перед началом гриппозного сезона. В дополнение к этому необходимо учесть срок в 1 - 2 нед, необходимый для выработки иммунитета к вакцинным антигенам.
- Прививку от гриппа логичнее всего делать в октябре-ноябре, когда эпидемия еще не началась. Иммунитет вырабатывается примерно 2 недели. Вакцинация во время эпидемии также эффективна, однако в период до развития иммунитета (7-15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами. Исключение - живые вакцины. После начала эпидемии прививки этими вакцинами делать нельзя, так как если человек уже инфицирован вирусом гриппа, то такая прививка стимулирует заболевание и есть риск развития тяжелой формы гриппа.

Я прививок!
не боюсь!



Кому рекомендуется вакцинироваться

- ❑ лица с хроническими легочными заболеваниями;
 - ❑ лица с болезнями сердца;
 - ❑ лица, получающие иммуносупрессивную терапию;
 - ❑ больные сахарным диабетом, хроническими почечными и метаболическими заболеваниями;
 - ❑ лица с иммунопатологией, включая ВИЧ-инфекцию;
 - ❑ дети и подростки, длительно получающие аспирин;
 - ❑ лица старше 50 лет;
 - ❑ медицинские работники;
 - ❑ все домашнее окружение лиц из групп риска;
 - ❑ беременные женщины ;
 - ❑ школьники, студенты или те, кто проводит много времени в закрытых коллективах
-

Осложнения и последствия

- Наиболее частым осложнением гриппа является **пневмония**.
 - Часто возникают после гриппа - **ринит, синусит, бронхит, отит**.
 - Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы чаще встречается у лиц пожилого возраста. Может развиваться **миокардит** и **перикардит** (воспалительное заболевание мышц сердца, которое может привести к сердечной недостаточности).
 - После гриппа могут развиваться мышечные осложнения, выражающиеся в **миозите** и других мышечных заболеваниях. Такие осложнения чаще бывают у детей и выражаются в мышечных болях в течение нескольких дней.
 - **Менингит** и **энцефалит**.
 - На ослабленный гриппом организм часто садится бактериальная инфекция (пневмококковая, гемофильная, стафилококковая).
 - После гриппа часто наблюдаются **обострения хронических заболеваний**, таких как: бронхиальная астма и хронический бронхит, сердечно-сосудистые заболевания, нарушения обмена веществ, заболевания почек и др..
-