

Осторожно грипп!

В январе-феврале 2016 года в Астрахани прогнозируется рост заболеваемости по гриппу и ОРВИ. Предположительно причиной возникновения заболеваемости может стать вирус гриппа (типа А, подтип H₁N₁). Скорость его инфицирования высокая. За считанные часы после заражения вирус вызывает обширные и глубокие поражения слизистой оболочки дыхательных путей.

В группу риска по гриппу входят дети и люди, страдающие хроническими заболеваниями. А также возбудитель чаще всего поражает молодых – трудоспособных людей, которые чаще остальных посещают общественные места: гипермаркеты, кинотеатры; что резко повышает угрозу передачи инфекционного заболевания и, как следствие, развитие тяжелых форм инфекций с летальным исходом.

Источником инфекции является больной человек, инфекционно опасным он является первые 3-5 дней с момента начала болезни.

Вирус передается воздушно-капельным путем, а также через предметы обихода: телефоны, посуду, игрушки, белье. Правда вирус не жизнестойкий и, попадая во внешнюю среду, быстро погибает.

Симптомы гриппа - классические, возникают через считанные часы после инфицирования: резкий подъём температуры тела до высоких цифр (38-40 °С), озноб, боль в мышцах, суставах, в животе, в глазных яблоках, недомогание.

В тяжёлых случаях могут появиться носовые кровотечения, судороги, кратковременная потеря сознания.

Грипп опасен своими осложнениями: легочными (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов; осложнения со стороны дыхательных путей и ЛОР органов (отит, синусит, ринит, трахеит); со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит); нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгия, полирадикулоневрит).

Для предотвращения заболевания особенно эффективна неспецифическая профилактика. Выполняя правила которой возможно избежать болезнь:

- ограничьте посещение мест массового скопления народа;
- надевайте медицинскую маску при посещении магазинов, кинотеатров и других общественных мест;
- чаще и тщательней мойте руки;
- регулярно проветривайте помещение (на работе и дома);
- укрепляйте иммунитет: утром выпейте средства содержащие витамин С;
- по возвращению домой, промойте носовые ходы с раствором хозяйственного мыла или морской соли.

**Если вы почувствовали первые симптомы заболевания: оставайтесь дома и немедленно обратитесь к врачу за квалифицированной медицинской помощью.
Именно врач должен поставить диагноз и назначить лечение.**

Если же заболел кто-то из ваших близких и родных людей – ограничьте общение с ними. При уходе за больным гриппом используйте медицинскую маску. В комнате, где находится больной человек, чаще мойте пол. Выполнение этих простых

правил поможет сохранить ваше здоровье и здоровье ваших близких.

Материал подготовлен
редакционно-издательским отделом
ГБУЗ АО «ЦМП» - 2016 год.