

ГРИПП

Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу заболевших людей.

Несмотря на постоянную борьбу с гриппом, победить грипп человечеству до сих пор не удалось. Ежегодно от осложнений гриппа погибают тысячи человек. Это связано с тем, что вирус, постоянно меняет свою структуру и новый, измененный вирус, способен поражать человека вновь. Переболевший гриппом человек имеет хороший иммунный барьер, но тем не менее новый измененный вирус, способен легко проникать через этот барьер, так как иммунитета против этого вида вируса пока организм не выработал.

Для кого очень опасна встреча с вирусом гриппа?

Особо тяжело переносят грипп дети и пожилые люди, для этих возрастных групп очень опасны осложнения, которые могут развиться во время заболевания. Дети болеют гриппом тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, также, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

Итак, группы риска:

- дети;
- люди старше 60 лет;
- больные хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких и др.);
- больные хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность);
- больные хроническими заболеваниями печени (цирроз);
- больные хроническими заболеваниями почек;
- больные с иммунодефицитными состояниями;
- беременные женщины;
- медицинский персонал;
- работники общественного транспорта, предприятий общественного питания и др.

Каким образом происходит заражение гриппом?

Грипп очень заразное заболевание. Эта инфекция передается от больного человека здоровому с невидимыми капельками слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля и даже во время разговора. Кроме того, вирус гриппа передается через грязные руки.

Клиническая картина.

Симптомы гриппа:

- высокая температура (38-40°C);
- озноб, общее недомогание, головная боль, боли в мышцах (ногах, пояснице), слабость, упадок сил;
- ухудшение аппетита (тошнота, рвота).

Признаки интоксикации продолжаются около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

Осложнения гриппа:

- пневмония (вероятность летального исхода 40%);

- энцефалиты, менингиты;
- грипп у беременной женщины может вызвать осложнения беременности, патологии плода;
- обострение хронических заболеваний.

Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации. Больной гриппом должен соблюдать постельный режим, включить в рацион фрукты, овощи, богатые витамином С, морсы, квашеную капусту, рекомендуется обильное питье.

Антибиотики и грипп.

Принимая антибиотики в первые дни заболевания гриппом человек совершает большую ошибку. Антибиотики не способны справиться с вирусом, а кроме того, они убивают нормальную микрофлору и ослабляют иммунитет. Антибиотики назначаются врачом только в случае развития осложнений, вызванных присоединением бактериальной инфекции.

Заболевший человек должен оставаться дома и не создавать угрозу заражения окружающих.

Профилактика гриппа.

Самым эффективным способом профилактики, по мнению ВОЗ, является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ.

Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации октябрь-ноябрь.

Почему нужна вакцинация от гриппа?

- грипп очень заразен;
- распространяется быстро;
- вызывает серьезные осложнения;
- протекает намного тяжелее других ОРВИ.

Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста. Для надежной защиты от гриппа вакцинацию необходимо проводить ежегодно.

Как защитить от гриппа детей до 6 месяцев?

Во-первых, необходимо провести вакцинацию всех контактирующих с ним лиц до начала эпидемии гриппа. Во-вторых, взрослые должны соблюдать основные меры профилактики, изложенные ниже. В период эпидемии запрещено с младенцем посещать места скопления людей, а также не рекомендуется собирать дома гостей.

Можно ли применять вакцину против гриппа у беременных?

Применять вакцину против гриппа у беременных необходимо в связи с тем, что они входят в группу риска по развитию тяжелых форм заболевания. Исследования последних лет доказали безопасность вакцинации против гриппа у беременных женщин.

Основные меры профилактики:

- часто и тщательно мойте руки;
- избегайте контактов с кашляющими людьми;
- придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность);
- пейте больше жидкости;

- принимайте витамин С (он содержится в клюкве, бруснике, лимонах);
- в случае появления заболевших в семье – начните прием противовирусных препаратов, назначенных Вашим лечащим врачом, с профилактической целью;
- регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь;
- смазывайте нос оксолиновой мазью 2 раза в день;
- реже посещайте места скопления людей;
- используйте маску, посещая места скопления людей;
- избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками.

Как предупредить заражение ребенка в период эпидемии гриппа?

Рекомендовано чаще гулять с ребенком на свежем воздухе и воздержаться от посещения мест массового скопления людей, таких как новогодние елки, кинотеатры, театры.

ПРИ МАЛЕЙШИХ ПРИЗНАКАХ ВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ – ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ.

ГРИПП У ДЕТЕЙ

Что такое грипп?

Грипп – это острая вирусная инфекция дыхательных путей, характеризующаяся поражением слизистых оболочек верхних дыхательных путей, лихорадкой, интоксикацией, а также нарушением деятельности сердечно – сосудистой и нервной систем.

Грипп — одно из самых тяжелых и распространенных вирусных заболеваний зимнего сезона.

Дети особенно уязвимы к гриппу. Причина — недостаточно сформированный иммунитет. Дети с большей вероятностью рискуют получить осложнения инфекции. Грипп у детей может иметь тяжелое течение. Вызывает инфекцию вирус гриппа — 3 серологических типа – А, В и С.

Распространение вируса в организованных коллективах происходит стремительно.

Вирус гриппа часто передается от ребенка к ребенку при чихании или кашле.

Существует вероятность контактной передачи вируса через предметы обихода, детские игрушки, посуду, белье. Вирус способен выживать в течение 2 часов на столешницах, столах, дверных ручках, а также ручках и карандашах. Дети часто касаются поверхностей, а затем рта, носа или глаз.

Заболевший гриппом наиболее заразен за 24 часа до появления симптомов и в первые дни заболевания.

Ребенок с большей вероятностью рискует заразиться, если:

- он находится среди людей, зараженных гриппом;
- не была проведена вакцинация против гриппа;
- пренебрегает правилами личной гигиены, в частности мытьем рук.

Каковы симптомы гриппа у детей?

Симптомы гриппа у детей не отличаются от симптомов заболевания у взрослых, но дети младшего возраста особенно подвержены раннему молниеносному развитию осложнений инфекции. Наиболее часто у них диагностируют пневмонию, которая может развиваться в первые дни болезни.

Острейшее начало: заболевание начинается остро с лихорадки, которая может достигать 40,5 ° С. Также среди симптомов:

- ломота в теле;
- головная боль;
- боль в горле;
- выраженный синдром интоксикации (вялость, слабость, недомогание и др.);
- заложенность носа, сухость слизистых оболочек, незначительный ринит, сухой кашель, покраснение глаз, боль в глазах.

В некоторых случаях у ребенка могут быть такие симптомы, как тошнота, рвота, диарея.

Во время гриппа возможно обострение сопутствующих заболеваний.

Среди осложнений гриппа наиболее часто встречается пневмония, нередко приводящая к летальному исходу.

Лечение гриппа у детей проводится под контролем педиатра, возможно потребуются госпитализация.

Госпитализация в обязательном порядке проводится в случае тяжелого течения гриппа, среднетяжелого течения с развитием осложнений, а также, если заболевший – новорожденный.

В каком случае необходимо вызвать скорую?

- нарастающая одышка;
- синюшность кожных покровов;
- спутанность сознания или возбуждение, судороги;
- повторная рвота;
- уменьшение мочеотделения;
- сохранение или увеличение цифр лихорадки более 5 дней.

Как уберечь ребенка от заражения гриппом?

Лучший способ предотвратить грипп — это ежегодно делать прививку от гриппа. Вакцинация против гриппа проводится в предэпидемический период – до подъема уровня заболеваемости.

В организованных коллективах – детских садах и школах в период подъема заболеваемости проводится утренний фильтр, врач или медицинская сестра проводит осмотр детей с целью выявления заболевших.

Меры профилактики гриппа в разгар эпидемии:

- после каждой поездки в общественном транспорте, по приходу домой, необходимо тщательно вымыть руки. Если возможности вымыть руки нет, – при себе рекомендуется иметь антибактериальные влажные салфетки или антибактериальный гель;
- не следует прикасаться грязными руками к лицу, слизистым оболочкам рта, носа;
- избегайте мест скопления людей;
- если ребенок заболел, во время ухода за ним используйте медицинскую маску;
- если Ваш ребенок заболел, оставьте его дома. Это не только снизит риск распространения инфекции, но и уменьшит вероятность развития осложнений, в том числе опасных для жизни.