

Грипп

Грипп - острое респираторное вирусное заболевание, вызываемое различными типами вирусов гриппа. Характеризуется острым началом, лихорадкой, интоксикацией, поражением верхних дыхательных путей.

Источником инфекции является больной человек. Вирус выделяется при разговоре, кашле, чихании. Заражение происходит воздушно-капельным путем.

Инкубационный период от 12 до 48 часов. Заболевание начинается остро с озноба, подъема температуры до 38-40, слабости, выраженной адинамии, потливости, боли в мышцах, сильной головной боли, боли в глазных яблоках, слезотечении, затем появляется сухой кашель, першение в горле, осиплость голоса, заложенность носа.

Заболеваемость гриппом и смертность от этой инфекции занимают одно из первых мест среди инфекционной патологии, населения практически всех стран мира.

В прошлом году заболеваемость гриппом и ОРВИ носила умеренный характер. Циркулировал вирус гриппа типа А H3N2. Данный штамм вируса гриппа известен давно, неоднократно регистрировался в Архангельской области. Данному штамму вируса гриппа присущи стандартные симптомы заболевания, но может давать осложнения, которые проявляются как геморрагические поражения легких. Грипп протекал в легкой и среднетяжелой форме. Наиболее высокий уровень заболеваемости регистрировался среди детского населения и среди лиц пожилого возраста. Грипп протекал в легкой и среднетяжелой форме.

Наиболее эффективной мерой профилактики гриппа является вакцинация. Применяемая в настоящее время противогриппозная вакцина «Гриппол», содержит штаммы вируса гриппа типа А (H1N1, H3N2) и типа В. Вакцинация безопасно и эффективно предотвращает заболевание. Существенная польза вакцинации доказана во всех возрастных группах.

Иммунитет после перенесенного заболевания и после прививки видоспецифичный и кратковременный. То есть, защитные антитела вырабатываются на тот штамм вируса, который циркулирует в этом эпидемическом сезоне и защищают нас только в течение года. Практически ежегодно грипп преподносит нам свою новую разновидность, которой наш организм не знает. Наш иммунитет в данном случае как просроченный проездной – недействителен!

**Самым эффективным способом защиты от гриппа является
ежегодная вакцинация.**

Иммунитет после вакцинации вырабатывается через две недели и сохраняется в течение 6 месяцев и начинает угасать спустя 6 месяцев после вакцинации, поэтому важно успеть привиться до начала подъема заболеваемости гриппом. Отнеситесь внимательно к своему здоровью, своевременно сделайте прививку от гриппа!

Для проведения бесплатной вакцинации от гриппа Вы можете обратиться в регистратуру взрослой поликлиники ГБУЗ АО «Новодвинская центральная городская больница» ежедневно с 8 часов утра до 15 часов. Вас направят без очереди на осмотр перед прививкой в иммунологический кабинет №208 взрослой поликлиники и при отсутствии противопоказаний вакцинируют.

Важно помнить, что предотвратить заболевание легче, чем лечить!

Самолечение при гриппе недопустимо, особенно для детей и лиц пожилого возраста. Ведь предугадать течение гриппа невозможно, а осложнения могут быть самыми различными. Только врач может правильно оценить состояние больного. Такое осложнение, как острая пневмония, нередко развивается с первых же дней, а иногда и с первых часов заболевания гриппом. Поэтому необходимо назначение специфических противовирусных средств и адекватной терапии антибактериальными средствами и другими препаратами (чтобы не допустить осложнений). Часто показаны и дополнительные обследования — рентген грудной клетки, ЭКГ.

Недопустимо, чтобы больные или родители заболевших детей самостоятельно начинали прием антибиотиков (часто неоправданный), что не только не предупреждает развитие бактериальных осложнений у взрослых и детей, а порой и способствует возникновению аллергических реакций, переходу заболевания в хроническую форму дисбактериоза, формированию устойчивых форм бактерий.

Для профилактики гриппа и других ОРВИ важно уменьшить число контактов с источниками инфекции, что особенно важно для детей. Не рекомендуется активно пользоваться городским общественным транспортом и ходить в гости. Одним из наиболее распространенных и доступных средств профилактики гриппа является ватно-марлевая повязка(маска).

Дополнительно необходимо принимать аскорбиновую кислоту и поливитамины, которые способствуют повышению сопротивляемости организма. Наибольшее количество витамина С содержится в квашеной капусте, клюкве, лимонах, киви, мандаринах, апельсинах, грейпфрутах.

Для профилактики в период эпидемий гриппа можно принимать по 2 - 3 зубчика чеснока ежедневно. Достаточно пожевать несколько минут зубчик чеснока, чтобы полностью очистить полость рта от бактерий. Положительным действием обладает и употребление репчатого лука.

При гриппе рекомендуется проводить регулярный туалет носа - мытье дважды в день передних отделов носа с мылом. Это удаляет микробы, попавшие в полость носа с вдыхаемым воздухом.

Рекомендуется полоскание горла растворами марганцовки, фурациллина, соды или ромашки.

В дополнение к назначенным врачом лекарствам можно использовать вкусные не медикаментозные средства, такие как отвар шиповника, чай с малиной и медом, липовый чай.

Будьте здоровы!

