



Внимание, ГРИПП!

Грипп — это высококонтагиозное (заразное) вирусное заболевание дыхательной системы, опасное своими осложнениями. Болезнь поражает людей независимо от возраста. Чем слабее иммунная система человека, тем больше вероятность развития заболевания и его тяжесть.

Причина гриппа — вирус. Он состоит из наружной и внутренних оболочек и РНК, содержащей генетический материал. Существует три типа вирусов гриппа - А, В и С. Вирус гриппа типа А может поражать людей, птиц и животных.

Все вирусы гриппа передаются от человека к человеку воздушно-капельным путём (при чихании и кашле). Во внешней среде вирус легко разрушается, особенно он боится кипячения и облучения ультрафиолетом.

Что происходит?

От заражения до развития полной картины болезни проходит от нескольких часов до 3 дней. Для гриппа характерно резкое начало: поднимается температура (до 39-40°C), возникает слабость, человека бьет озноб, появляются головные боли и боли в мышцах. У человека краснеет лицо, глаза (конъюнктивит, склерит), возможно «обметывание» губ в результате герпетической инфекции.

Впоследствии появляется заложенность носа и небольшое отделяемое из него, сухость, першение и боли в горле, сухой кашель. Возможно расстройство кишечника, связанное с интоксикацией.

Если грипп протекает без осложнений, болезнь заканчивается в течение 5-7 дней, но ещё 2-3 недели может сохраняться мышечная слабость, головные боли, утомляемость.



Внимание, ГРИПП!



Диагностика и лечение

Грипп — вирусное заболевание, поэтому антибиотиками его вылечить нельзя. Для лечения гриппа применяют:

обильное питье (горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды), направленное на «промывание» организма и выведение из него токсинов и т.п.;

жаропонижающие средства: парацетамол, ибупрофен и т.д. применяют только в случае повышения температуры более 38°C, или если повышенная температура плохо переносится пациентом.

Не давайте детям аспирин! Прием аспирина в сочетании с вирусной инфекцией может привести к развитию у ребенка синдрома Рея — угрожающего жизни неврологического заболевания.

мази для носа: оксолиновая и др.;

при сухом кашле могут быть назначены противокашлевые средства;

при влажном кашле применяют средства для разжижения и облегчения отхождения мокроты (отхаркивающие);

аскорбиновая кислота, поливитамины;

при насморке — сосудосуживающие капли в нос;

специальные препараты для лечения гриппа: ремантадин, амантадин.



Однако ремантадин и амантадин действуют не на все подвиды вируса гриппа.

Если возникло внезапное ухудшение или болезнь затянулась дольше 5-7 дней, необходимо обязательно обратиться к врачу.



Внимание, ГРИПП!

Неспецифические меры профилактики гриппа у детей

Основной неспецифической мерой по профилактике гриппа у детей является **личная гигиена**. Некоторым из них следует обучать этим правилам ребенка с младшего возраста — например, часто мыть руки, особенно перед едой. Напоминайте ребенку, чтобы он не прикасался руками к лицу в публичных местах — на поручнях, столах и других предметах может оставаться слюна больного человека. Ребенку достаточно схватиться за поручень в метро, а затем положить палец в рот — как микробам уже «открыт доступ» в его организм.

Часто родители боятся «запустить» ребенка, поэтому весь отопительный сезон форточки и окна в доме закрыты и заклеены и помещения не проветриваются. Сухой и теплый воздух прекрасно способствует распространению вируса. Лучше одевать ребенка потеплее, но **проветривать комнату**, в которой он находится, хотя бы пару раз в день.

Если в доме появляется больной человек, его следует **изолировать** от ребенка, надеть маску, выделить отдельный комплект посуды.

Лучшая профилактика гриппа у детей — это **здоровый образ жизни**. Регулярный сон, прогулки на свежем воздухе, сбалансированное питание, отсутствие стрессов — все это укрепит сопротивляемость малыша болезням.

Специфическая профилактика гриппа у детей

Вакцинация: прививка от гриппа снижает вероятность заболевания среди детей на **60-90** процентов. Проводить вакцинацию можно от полугода.



Помните -
Ваше здоровье
в Ваших руках!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!