

Симптомы, лечение и профилактика гриппа

Как распознать заболевание и что делать при появлении первых признаков

Профилактика

- Часто и тщательно мойте руки
- Избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми
- Придерживайтесь здорового образа жизни, который включает полноценный сон, здоровую пищу, физическую активность
- Пейте больше жидкости
- Принимайте витамин С

Уход за больным

- Не позволяйте окружающим приближаться к больному ближе, чем на метр
- При контакте с больным прикрывайте рот и нос медицинской маской, после каждого контакта мойте руки с мылом
- Постоянно проветривайте помещение, в котором находится больной
- Ежедневно проводите уборку, используя моющие хозяйственные средства

ВО ВНЕШНЕЙ СРЕДЕ ВИРУС СОХРАНЯЕТ АКТИВНОСТЬ В ТЕЧЕНИЕ 72 ЧАСОВ

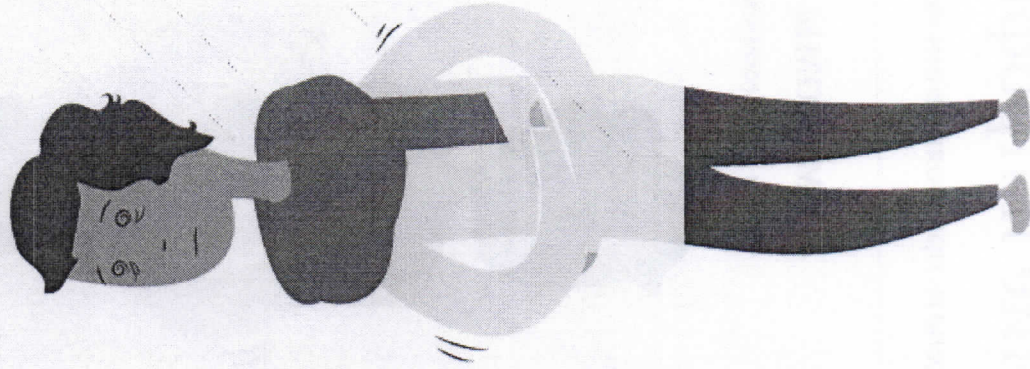
ЛЮДИ, ЗАРАЖЕННЫЕ ГРИППОМ, ОПАСНЫ ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ В ТЕЧЕНИЕ 7-10 ДНЕЙ

ВРАЧИ НЕ РЕКОМЕНДУЮТ САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ СИМПТОМОВ ГРИППА

Симптомы

СПУСТЯ 1-5 ДНЕЙ ПОСЛЕ КОНТАКТА С ЗАБОЛЕВШИМ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ:

- головные боли
- повышение температуры до 39-40° С
- кашель, затруднение дыхания
- озноб
- мышечные боли, боли в суставах
- рвота
- диарея



Лечение

ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ НЕЗДОРОВЫМ, ПОЯВИЛАСЬ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА, КАШЕЛЬ ИЛИ БОЛИ В ГОРЛЕ:

- оставайтесь дома и не выходите на работу, в школу или другие общественные места
- немедленно обратитесь к врачу
- отдыхайте и пейте больше жидкости
- тщательно и часто мойте руки с мылом, особенно после кашля или чихания
- сообщите семье и друзьям о вашей болезни, избегайте контакта с людьми

Вниманию жителей области!

В связи с участвовавшими случаями позднего обращения за медицинской помощью заболевших острыми респираторно-вирусными заболеваниями министерство здравоохранения области обращается к жителям области не заниматься самолечением, а при первых признаках «простуды» с повышением температуры тела, сразу обращаться к специалистам.

«В настоящее время процесс заболевания характеризуется быстрым, уже на второй-третий день, переходом в фазу тяжелых осложнений. В большинстве случаев развивается пневмония и медикам стоит больших трудов вернуть пациентам здоровье. Для того, чтобы усилия докторов оказались результативными, пациентам нужно обращаться за медицинской помощью своевременно, то есть при первых признаках заболевания», - подчеркнула министр здравоохранения области Татьяна Быковская.

С 01.01. по 25.01.2016г. в области лабораторно подтверждено 288 случаев гриппа, из них 270 вызваны штаммом А(Н1N1). Имели место 8 случаев летальных исходов заболевания гриппом, вызванного вирусом гриппа А(Н1N1), во всех случаях больные не были привиты против гриппа, имела место поздняя госпитализация, отсутствие адекватной терапии на догоспитальном этапе и наличие серьезных сопутствующих заболеваний. С начала года, в области зарегистрировано 1190 случаев заболевания внебольничными пневмониями. На лечении в стационарах находятся 998 чел., из них 145 детей, 6 беременных женщин. В палатах интенсивной терапии и отделениях реанимации находятся 44 чел., в том числе 2 детей. По результатам мониторинга заболеваемости ОРВИ детей и подростков полностью закрыты 23 школы. За неделю - с 18 по 24 января зарегистрировано более 37 тысяч случаев заболевания ОРВИ (86,8 на 10 тысяч среди совокупного населения), **что выше эпидемического порога недели на 58,3 %**. Превышение отмечено во всех возрастных группах. **Темп прироста заболеваемости по сравнению с предыдущей неделей составил 89,5%**. По результатам мониторинга заболеваемости ОРВИ детей и

подростков в организованных коллективах в Ростовской области полностью закрыты 23 школы и 25 дошкольных организаций, частично закрыты 277 классов в 40 школах и 66 групп в 28 детских садах. Проводится комплекс противоэпидемических и профилактических мероприятий. Справочно: **Как отличить симптомы гриппа от ОРВИ? Признаки и симптомы гриппа**

1. Грипп приходит неожиданно и в считанные часы полностью захватывает Ваш организм;
2. Гриппу свойственно резкое повышение температуры (в отдельных случаях до 40,5 градусов), повышенная чувствительность к свету, ломота во всем организме, а также боли: головные и мышечные;
3. В первые сутки заболевания гриппом, Вы защищены от насморка, что свойственно только данному вирусу;
4. Наиболее активная фаза гриппа приходится на третий-пятый день заболевания, а окончательное выздоровление приходится на 8-10 день.
5. Учитывая, что инфекция гриппа поражает сосуды, именно по этой причине возможны кровоизлияния: десенные и носовые;
6. После перенесенного гриппа Вы можете подхватить другое заболевание в течение последующих 3-х недель, такие заболевания чаще всего протекают очень болезненно и могут закончиться летальным исходом.

Признаки и симптомы ОРВИ

1. Болезнь проступает постепенно и чаще всего начинается с утомляемости и внешнего проявления вируса, например, насморка;
2. На следующий день после активации заболевания проступает суховатый кашель, который со временем трансформируется в мокрый (отхаркивающий);
3. После перенесенного ОРВИ Вы можете подхватить другое заболевание в течение последующих 3-х недель, но в отличие от состояния после гриппа – они будут проходить в более лёгкой форме.