Холодный период года – самое время для разгула риновирусной инфекции.

С сопливым недугом встречался каждый. Недомогание вызывает риновирус. Болезнь проявляется обильным насморком, першением в горле, небольшим повышением температуры, общей слабостью.

Поскольку в природе существует более **110 серотипов риновируса**, можно переболеть несколько раз за год.

Вирус не имеет оболочки, поэтому неустойчив во внешней среде. Оптимальная температура для микроорганизма 33-35 градусов. При температуре свыше 37 градусов вирус прекращает размножаться.

Инфекция передается воздушно-капельным путем. **Источник – носитель вируса или болеющий** . Человек становится заразным приблизительно за сутки до появления первых симптомов. Но наиболее высок риск инфицирования на вторые-третьи сутки, когда количество вируса в носовой слизи достигает максимума. подхватить инфекцию можно при пожатии рук, через предметы, которых касался больной.

Входные ворота инфекции – **слизистая носа**. активность вируса вызывает воспалительную реакцию. в результате происходит отек слизистой оболочки, расширение кровеносных сосудов, повышенный насморк.

Болезнь начинается остро, появляется озноб, повышается температура до 37-37,5 градуса. Из-за заложенности носа трудно дышать, может появиться головная боль. Вскоре начинаются слизистые выделения из носа, которые настолько обильны, что

приходится постоянно менять платки. Возле пазух появляется шелушение.

Пациента начинают беспокоить сухость в горле, першение, иногда боль. У некоторых возникает конъюнктивит со слезотечением. Может высыпать герпес.

Для риновирусной инфекции характерно невысокое повышение температуры тела. Она держится на уровне 37-37,5 градуса, редко достигая 38. У многих больных температура и вовсе не поднимается выше нормы.

У взрослых риновирусная инфекция длится в среднем семь- десять дней и протекает в легкой форме. Однако насморк может сохраняться в течение двух недель.

У детей протекает с температурой 38-39 градусов, может с осложнениями (синусит, пневмония), если в организме есть хронический очаг инфекции.

Больные риновирусной инфекцией в госпитализации не нуждаются. Рекомендован домашний режим, калорийная пища, больше жидкости.

Лекарств против риновируса не существует. Для облегчения дыхания подойдут капли с сосудосуживающим эффектом. Применять не больше семи дней, иначе разовьется привыкание к препарату, снизится эффективность. Пригодятся проверенные народные методы лечения

Отличная альтернатива – солевой раствор для промывания носа. Растворите чайную ложечку поваренной или морской соли в 0,5 литра кипяченой воды. Раствор залейте в спринцовку, поочередно промывайте ноздри.

Для уменьшения отека слизистой назначаются антигистаминные препараты.

При высокой температуре у детей (свыше 38,5 градуса) могут приниматься жаропонижающие средства

Антибиотики в случае с риновирусом бесполезны.