Автор:О.Татаринова, врач-инфекционист поликлиники



Грипп - острое вирусное заболевание. Передается воздушно-капельным путём. Источником инфекции является больной человек. Вирус выделяется при разговоре, кашле и чиханье до 4-7-го дня болезни, очень изменчив, поэтому переболев в прошлом году можно заболеть и в этом. Поэтому грипп протекает часто в форме эпидемий, которые внезапно начинаются и быстро распространяются. Это связано с легкостью воздушно-капельной передачи инфекции, высокой восприимчивостью людей к гриппу, изменчивостью антигенной структуры вируса гриппа, а также отсутствием иммунитета у населения к новым антигенным вариантам вируса.

Типичный грипп начинается остро. Возникают озноб, головная боль в лобной или лобно-височной области, боли в глазных яблоках, слезотечение, светобоязнь. Температура тела уже в первые сутки достигает максимальных цифр (38,5-40 °С). У заболевшего резкая слабость, разбитость, боли в мышцах, костях и крупных суставах. Вирусы размножаясь в органах и тканях вызывают выраженную интоксикацию организма, которая проявляется головокружением, иногда обморочным состоянием, отсутствием аппетита, рвотой, могут быть носовые кровотечения. В первые сутки больные жалуются на осиплость голоса, сухость и першение в горле, заложенность носа. На 2-3-й день возникает сухой кашель, часто сопровождающийся «саднением» и болями за грудиной. Вначале кашель грубый, надсадный, мучительный, спустя 3-4 дня он становится влажным. При гриппе продолжительность лихорадки составляет 1-6 дней, если дольше, то это указывает на развитие осложнений.

Период выздоровления длится 1-2 недели и характеризуется повышенной утомляемостью, раздражительностью, нарушениями сна, потливостью, склонностью к осложнениям и обострению хронических заболеваний.

Наиболее частым осложнением гриппа является **пневмония.**

Вирус гриппа чаще может поражать нервную систему вызывая тяжелые формы воспаления мозговых оболочек, сердце, вызывая токсический миокардит с тяжелыми нарушениями сердечного ритма.

Лица с тяжелым течением болезни подлежат **госпитализации.** Больные должны соблюдать постельный режим. Как в домашних, так и при лечении в стационаре для снижения температуры нельзя использовать аспирин, так может развиться кровоточивость слизистых. Кроме охранительного режима и покоя больным с гриппом рекомендуется легко усвояемая молочно-растительная диета, обогащенная витаминами, обильное питье, а также частое проветривание и влажная уборка помещений. От заражения гриппом окружающих защищает маска.

Единственным препаратом с доказанным противовирусным действием в отношении вируса гриппа является **осельтамивир**, который также может использоваться и для профилактики в сезон подъема заболеваемости и при контакте с больным гриппом.. Дополнят укрепление иммунитета и защиту поливитамины. По возможности, избегать мест большого скопления людей, чаще проветривать помещения.

Наиболее эффективным способом профилактики гриппа является - **противогриппозная вакцинация,**
которая обычно проводится в осенний период. При появлении первых признаков гриппа обязательна консультация врача, который назначит адекватное лечение.

Помните, что заболевание легче предупредить, чем лечит!