

## Чем опасен грипп?

**Грипп** – вирусная инфекция, передающаяся воздушно-капельным путём. Особую угрозу представляют глобальные эпидемии- т.н. пандемии гриппа. Их вызывают вирусы, образующиеся при смешивании в организме штаммов обычного, птичьего и животного происхождения. Грипп отличает короткий (1-2 дня) инкубационный период, поэтому недооценивая тяжесть болезни, люди заражают коллег по работе, окружающих и родных. Заболевание начинается резким подъёмом температуры, сильной интоксикацией организма (слабость, головная и мышечная боль, тошнота, иногда рвота), першением в горле, кашлем. Возможны случаи «молниеносного» течения инфекции, когда человек (чаще дети младшего возраста и пожилые) погибает от отека легких менее, чем за сутки.



Грипп опасен своими осложнениями, которые, согласно статистике, являются причиной до 75% случаев смерти при гриппе. Наиболее частым осложнением является воспаление легких (пневмония). Среди других осложнений регистрируются острый отит, миокардит, энцефалит. Грипп также часто вызывает обострение хронических заболеваний – астмы, бронхита, сахарного диабета, заболеваний сердечно-сосудистой системы и др. Именно поэтому он особенно опасен для людей с хроническими заболеваниями. Но даже для здоровых взрослых, ведущих активный образ жизни, грипп – это сорванные планы, испорченный отдых и риск заразить близких.

У маленьких детей грипп протекает тяжелее, с большим числом осложнений, что объясняется недостаточным развитием иммунной системы и полным отсутствием иммунитета гриппа у ранее не болевших. Одним из частых и грозных осложнений у детей является отек гортани (круп), приводящий к удушью.





## ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ЗАБОЛЕЛИ

При появлении первых симптомов гриппа вызывайте врача на дом. Не выходите на работу и не отпускайте заболевших детей в детский сад, школу.

Соблюдайте постельный режим. Пользуйтесь отдельной посудой. Членам семьи необходимо носить марлевые повязки или маски. Проветривайте помещение 3-4 раза в день по 30 минут, чаще делайте влажную уборку.

Самолечение при гриппе не допустимо, поскольку только врач может правильно оценить состояние больного. Такое осложнение, как пневмония, нередко развивается с первых же часов заболевания, однако около трети больных обращаются лишь на 5-6 день, что приводит к затяжному и более тяжелому течению болезни.

Антибиотики на вирус гриппа не действуют. Только врач может назначить их для лечения осложнений гриппа. У детей нельзя применять ацетилсалициловую кислоту (аспирин) – при гриппе ее применение может привести к тяжелому осложнению со стороны печени.

Будьте осторожны – парить ноги и делать паровые ингаляции при высокой температуре опасно, ввиду увеличения нагрузки на сердце.

**Для лечения гриппа обычно назначаются:** обильное питье (горячий чай, морс), противовирусные препараты жаропонижающие, средства для борьбы с насморком, витамины, противоаллергические и другие препараты по назначению врача.





## ВАКЦИНАЦИЯ

Вакцинация рекомендована Минздравсоцразвития РФ и Всемирной организацией здравоохранения как первоочередное и наиболее эффективное средство защиты от гриппа.

Современные вакцины ежегодно обновляются для борьбы с мутациями вируса. Они не содержат живого вируса и не могут вызвать инфекцию, поэтому рекомендованы даже для грудных детей и беременных женщин. Кроме того, доказано, что вакцинация против гриппа стимулирует и общий иммунитет, поэтому привитые меньше болеют и другими ОРВИ.

В России используются несколько типов вакцин против гриппа. Все они разрешены к применению Минздравсоцразвития РФ.

Так называемые сплит-вакцины (в частности, французская вакцина Ваксигрипп) содержат большее число формирующих иммунитет компонентов (антигенов) и по данным Института вирусологии РАМН, формируют более надежный иммунитет к гриппу.

Вакцинация против гриппа может производиться препаратом «Инфлювак» производство Нидерланды.

Среди недорогих вакцин распространены т.н. субъединичные вакцины со сниженным содержанием антигенов. Широко применяется отечественная субъединичная вакцина Гриппол с дополнительным иммуномодулятором в своем составе.

Для дополнительной защиты от ОРЗ и осложнений гриппа (пневмония, бронхит, отит) можно использовать вакцины против пневмококковой и гемофильной (для детей в возрасте до 5 лет) инфекций.

Для укрепления иммунитета можно также использовать и т.н. неспецифические средства, такие как экстракт элеутерококка, настойку женьшеня, аралии, лук, чеснок, поливитамины (особенно аскорбиновую кислоту), ремантадин, препараты интерферона и оксолиновую мазь. Однако следует помнить, что все эти средства могут дополнить, но не заменить прививку против гриппа.

