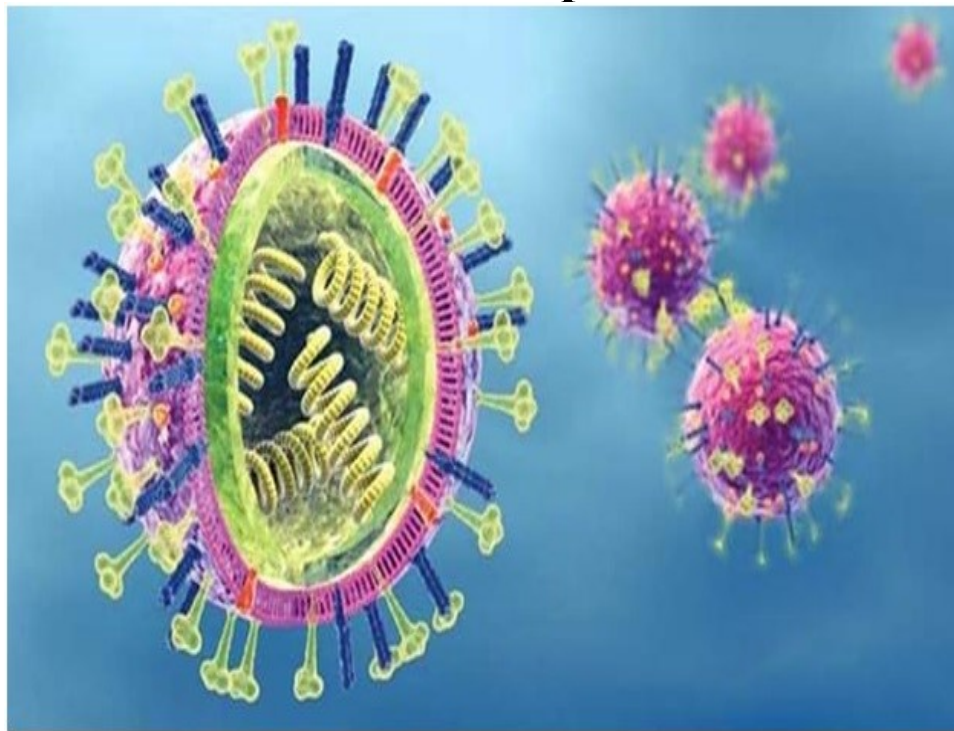


Нельзя считать грипп типа В легкой простудой



Грипп относится к острым инфекционным заболеваниям и является самой распространенной болезнью на планете, от которой некоторые люди страдают по несколько раз в год. Но грипп – это не одно заболевание. Он бывает разный.

По данным Роспотребнадзора заболеваемость гриппом и ОРВИ на территории РФ по сравнению с предыдущей неделей выросла почти на 5% и составила чуть выше 1 млн случаев. В структуре циркулирующих респираторных вирусов преобладающими остаются вирусы гриппа — на них приходится 53% положительных находок. У заболевших гриппом почти в

80% случаев выявляются вирусы гриппа В.

Ситуация по заболеваемости гриппом и ОРВИ в Челябинской области продолжает оставаться эпидемической. По данным лабораторных исследований среди больных ОРВИ выявляемость гриппа снизилась. При этом в структуре преобладает вирус гриппа В – 3,9% от числа всех обследованных больных.

Интересное о вирусе: Вирус гриппа В был выделен в 1940 году.

Вирус гриппа В может передаваться только от человека к человеку. Как и вирус гриппа А, грипп типа В способен изменять свою антигенную структуру. Однако эти процессы выражены менее четко, чем при гриппе типа А.

Вирус В подразделяется на 2 основные группы (линии) В/Ямагата и В/Виктория.

Обычно грипп типа В не вызывает пандемии и обычно является причиной локальных вспышек и эпидемий, иногда охватывающих одну или несколько стран. Вспышки гриппа типа В могут совпадать с таковыми гриппа типа А или предшествовать ему.

Основные пути заражения вирусом гриппа:

- воздушно-капельный: инфицированный человек выделяет большое количество вирусных частиц во время кашля, чихания, разговора, плача;
- контактный: вирусные частицы передаются от заражённого человека здоровому при использовании общей посуды, через загрязнённые руки, поцелуи, объятия.

Нельзя считать грипп типа В легкой простудой.

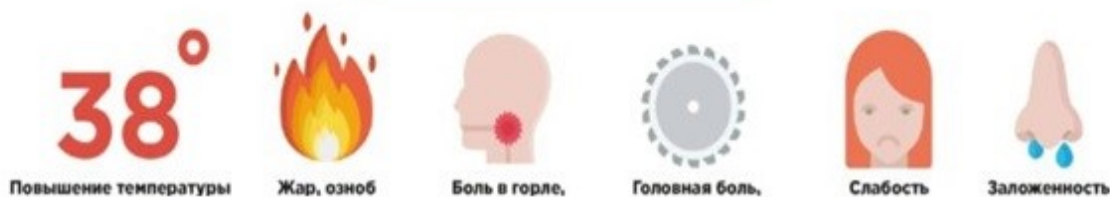
Длительность инкубационного периода при гриппе колеблется от нескольких часов до 7 дней, чаще всего она составляет 1–4 дня. Входными воротами для вируса гриппа являются клетки мерцательного эпителия верхних дыхательных путей (носа, трахеи, бронхов), что объясняется наличием на поверхности этих клеток большого количества специфических рецепторов.

Тропность вирусов гриппа преимущественно к мерцательному эпителию дыхательных путей обуславливает локализацию первичного очага инфекции и клиническую картину заболевания.



Обычно грипп начинается внезапно. Возбудители гриппа, вирусы типов А и В, отличаются агрессивностью и исключительно высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после заражения вирус приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в неё бактерий.

СИМПТОМЫ ГРИППА



Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39 °С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенный нос, боль и першение в горле.

По заявлению Александра Гинцбурга, возглавляющего центр им. Гамалеи, к яркой симптоматике, отличающей грипп типа В от типа А, относятся севший голос либо изменение его тембра. В остальных клинических проявлениях гриппа, вызванных вирусами типа В и типа А, схожи. Поэтому отличить их по клиническим симптомам без специальной лабораторной диагностики очень сложно. Грипп В может проходить так же тяжело, как и грипп А. Иногда бывают серьезные осложнения.

Еще одна отличительная особенность - грипп типа В у некоторых взрослых может проявляться в виде диареи, что редкость для вирусов гриппа типа А.

Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает тактику лечения.

Что делать при заболевании гриппом?

Самому пациенту при первых симптомах нужно остаться дома, чтобы не только не заразить окружающих, но и вовремя заняться лечением, для чего необходимо немедленно обратиться к врачу. Для предупреждения дальнейшего распространения инфекции заболевшего нужно изолировать от здоровых лиц, желательно выделить отдельную комнату.

Важно!

Родители! Ни в коем случае не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия. При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Самолечение при гриппе недопустимо, и именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее состоянию и возрасту пациента.

Для правильного лечения необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача и своевременно принимать лекарства. Кроме этого, рекомендуется обильное питьё — это может быть горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды. Пить нужно чаще и как можно больше.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЧЛЕН ВАШЕЙ СЕМЬИ ЗАБОЛЕЛ?

- По возможности изолировать больного в отдельную комнату и обеспечить ему постельный режим;
- Регулярно проветривать помещение;
- При уходе за больным использовать медицинскую маску;
- По назначению врача начать прием профилактических противовирусных препаратов.



САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО! НЕ НАЧИНАЙТЕ ПРИЕМ АНТИБИОТИКОВ САМОСТОЯТЕЛЬНО!



ПРИ ПЕРВЫХ СИМПТОМАХ НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ!

ПОМНИТЕ! Болезнь начинается внезапно с развитием осложнений уже в первые 24 часа. Особенно внимательными должны быть беременные женщины, дети, пожилые люди, а также непривитые от гриппа.

Важно!

При температуре 38 — 39°C вызовите участкового врача на дом либо бригаду «скорой помощи».

При кашле и чихании больной должен прикрывать рот и нос платком или салфеткой.

Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать и как можно чаще проводить там влажную уборку, желательно с применением дезинфицирующих средств, действующих на вирусы.

Общение с заболевшим гриппом следует ограничить, а при уходе за ним использовать медицинскую маску или марлевую повязку.

Как защитить себя от гриппа?

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путём выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Эффективность вакцины от гриппа несравнимо выше всех неспецифических медицинских препаратов, которые можно принимать в течение зимних месяцев, например иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины» и так далее.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Вакцинация должна проводиться за 2–3 недели до начала роста заболеваемости, делать прививку можно только в медицинском учреждении специально обученным медицинским персоналом, при этом перед вакцинацией обязателен осмотр врача.

Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

Сделав прививку от гриппа, вы защищаете свой организм от атаки наиболее опасных вирусов — вирусов гриппа, но остается ещё более 200 видов вирусов, которые менее опасны для человека, но также могут явиться причиной заболевания ОРВИ. Поэтому в период эпидемического подъёма заболеваемости ОРВИ и гриппом рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики.

Правила профилактики гриппа:

Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.

Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.

Пользуйтесь маской в местах скопления людей.

Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют.

Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта.

Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта

Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

Регулярно делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.

Увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь.

Ешьте как можно больше продуктов, содержащих витамин С (клюква, брусника, лимон и др.).

Ешьте как можно больше блюд с добавлением чеснока и лука.

По рекомендации врача используйте препараты и средства, повышающие иммунитет.

В случае появления заболевших гриппом в семье или рабочем коллективе — начинайте приём противовирусных препаратов с профилактической целью (по согласованию с врачом с учётом противопоказаний и согласно инструкции по применению препарата).

Ведите здоровый образ жизни, высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физкультурой.