

Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ), к группе которых относится грипп широко распространены.

Возбудителем ОРВИ являются в основном вирусы. Чтобы заразиться достаточно недолго побыть в автобусе, магазине, т.п. заражение происходит воздушно- капельным путём. Всего через сутки вирус размножается и поражает верхние дыхательные пути.

ОРВИ наступает постепенно и проявляется повышенной утомляемостью, насморком. Сухой кашель постепенно становится мокрым, отхаркивающим. После перенесённого ОРВИ в течение двух или трёх недель можно снова заболеть, но заболевание будет протекать в лёгкой форме.

Симптомы гриппа начинаются с высокой температурой, ломотой в теле, головной болью, болями в мышцах. Насморк появляется через два-три дня. Через три-пять дней заболевание достигает пика, а выздоровление наступает через неделю.

После перенесённой болезни можно заболеть повторно, причём рецидив проходит интенсивно, вплоть до летального исхода.

ПРОФИЛАКТИКА:

В период эпидемии избегать места скопления людей. Носить маску, чаще мыть руки. Полоскание рта и носа раствором фурациллина, пищевой соды, ромашки. Промывание носа хозяйственным мылом.

Полезны настои шиповника, лимона, клюквы. Употребление фруктов, мандарины, апельсины, а также чеснок, мёд.

Применение лекарственных препаратов:

- мазь оксолиновая в нос
- мазь виферон
- анаферон по схеме.

Одним из важнейших способов эффективного предотвращения распространения инфекций с воздушно-капельным механизмом является иммунопрофилактика (вакцинация). Вакцинация может предотвратить заболевание гриппом у 80-90% детей и взрослых. Если болезнь всё-таки развивается, то у привитых людей она протекает значительно легче.

При первых проявлениях заболевания не следует заниматься самолечением. Обратитесь к врачу. При высокой температуре тела, слабости вызывайте участкового терапевта на дом.