



Профилактика гриппа

Что нужно знать о гриппе?

Грипп-это вирусная инфекция, распространенная повсеместно. Характерные клинические проявления гриппа: внезапное острое начало

заболевания, сопровождающееся резким повышением температуры тела(выше 38 С), ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем. Болезнь может протекать легко, однако могут наблюдаться тяжелые формы течения вплоть до смертельных исходов.

Возбудители гриппа-вирусы типов А и Б, которые отличаются агрессивностью. За считанные часы после заражения вирус гриппа приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в нее бактерий

Чем опасен грипп?

Грипп крайне опасен своими осложнениями:

- легочными (пневмония, бронхит).
- верхних дыхательных путей и ЛОР органов(отит, синусит, ринит, трахеит);
- сердечно-сосудистой системы(миокардит, перикардит);
- нервной системы(менингит, энцефалит)

Как защитить себя от гриппа?

Основной мерой профилактики гриппа является вакцинация.

Она осуществляется эффективными противогриппозными вакцинами. Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана контингентам из групп риска: детям начиная с шести месяцев, людям преклонного возраста, медицинским работникам, учителям, студентам. Вакцинация проводится не позднее, чем за 2-3 недели до начала подъема заболеваемости.

Меры профилактики:

Избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания, сократить время пребывания в местах массового скопления людей, носить медицинскую маску, тщательно мыть руки с мылом, проводить влажную уборку с дезсредствами, вести здоровый образ жизни.

Что делать если вы заболели гриппом?

Следует остаться дома и немедленно обратиться к врачу. Самолечение при гриппе недопустимо. Именно врач должен поставить диагноз и назначить лечение. Необходимо строго выполнять все рекомендации : своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим. Рекомендуются обильное питье- горячий чай, клюквенный или брусничный морс, минеральные воды.

Для предупреждения распространения инфекции больного следует изолировать. Помещение, где находится больной, необходимо проветривать, предметы обихода обрабатывать дезсредствами. При уходе за больным следует использовать медицинскую маску.