



## **ОТЛИЧИЕ ГРИППА ОТ ОРВИ**

**Грипп – тяжёлая вирусная инфекция**, которым может заболеть любой человек. Количество заболевших гриппом обычно возрастает в холодное время года. Особенностью гриппа является способность возбудителя видоизменяться, и люди, инфицированные новым видом вирусом гриппа, каждый раз болеют по-новому.

### **Как происходит заражение гриппом?**

Источником инфекции является больной человек, наиболее заразным он является в течение семи дней от начала болезни. Массовому распространению гриппа способствуют больные легкими и стертыми формами, особенно лица, небрежно относящиеся не только к своему здоровью, но и к возможности заражения окружающих. Когда при кашле, чихании и разговоре вирус с частицами слизи из дыхательных путей может рассеиваться на несколько метров от больного. В воздушной среде его жизнеспособность сохраняется несколько часов. Возможна также передача инфекции через предметы домашнего обихода: посуду, игрушки, бельё.

### **Типичные симптомы гриппа:**

- *резкий подъём температуры тела* (в течение нескольких часов) *до высоких цифр* (38-40 °С), *озноб*;
- *сильная головная боль*;
- *чувство разбитости*;
- *боль в мышцах, суставах, в животе, в глазных яблоках, слезотечение*;
- *слабость и недомогание*.

Больной ощущает затруднение носового дыхания, першение в горле, саднение за грудиной, сухой болезненный кашель. В тяжёлых случаях могут появиться носовые кровотечения, судороги, кратковременная потеря сознания.

### **Как защитить себя от гриппа и ОРВИ?**

В период эпидемического подъёма заболеваемости рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики:

- *избегать контактов с чихающими и кашляющими людьми*;
- *после контакта с лицами, имеющими признаки простудного заболевания, в целях экстренной профилактики гриппа и ОРВИ, применять капли интерферона в нос*;
- *сократить время пребывания в местах массового скопления людей и общественном транспорте*;
- *носить медицинскую маску*;
- *регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать спиртосодержащим средством для обработки рук*;
- *осуществлять влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении*;
- *вести здоровый образ жизни* (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность);
- *проводить полное объемное промывание полости носа*.

### **Что делать, если заболели?**

Следует оставаться дома и немедленно обратиться к врачу. Именно он должен поставить диагноз и назначить лечение. Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим. Рекомендуется обильное питье - горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды.

Для предупреждения распространения инфекции больного следует изолировать от здоровых лиц (желательно выделить отдельную комнату). Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать, предметы обихода, а также полы протирать дезинфицирующими средствами. Общение с больными, по возможности, следует ограничить. При уходе за больным гриппом использовать медицинскую маску.

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

При позднем обращении к врачу возможны и летальные исходы. Особенно тяжело протекают инфекции у маленьких детей, пожилых, людей с хронической патологией и заболеваниями иммунной системы

<b>ОТЛИЧИЕ ГРИППА ОТ ОРВИ</b>	
<b>ГРИПП</b>	<b>ОРВИ</b>
Течение заболевания тяжёлое (резкое)	Течение заболевания относительно легкое (постепенное)
Резко повышается температура до 38-40 <sup>0</sup> и даже выше (в течение нескольких часов), высокая температура держится 3-4 дня	Небольшое и постепенное повышение температуры тела, редко бывает выше 38,5 <sup>0</sup>
Резко нарастают озноб, обильное потоотделение, сильная головная боль, головокружение, ломота в мышцах и суставах, слёзотечение, резкая слабость, разбитость и недомогание	Общее состояние обычно не страдает
Покраснение глаз, светобоязнь,	Редко покраснение глаз, только при сопутствующей инфекции
Насморка обычно не бывает. Часто лишь небольшая заложенность носа, которая проявляется ко второму дню болезни	Обильный насморк или заложенность носа. Насморк часто преобладает над другими симптомами
Воспалённое горло - в первые дни болезни не всегда. Обычно бывают заложены задняя стенка глотки и мягкое нёбо.	Воспалённое горло – першение и боль при глотании, так как идёт активное воспаление слизистых оболочек носоглотки
На вторые сутки болезни возникает мучительный болезненный кашель, боль за грудиной по ходу трахеи	Кашель часто отрывистый, сухой, который проявляется с самого начала заболевания, а затем переходит во влажный, боли в груди отсутствуют
Тяжёлые осложнения такие, как - пневмония, бронхит, отит, синусит, ринит, трахеит, миокардит, перикардит, менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгия, полирадикулоневрит.	

**Вакцинация против гриппа – это не только эффективный способ защиты от заражения вирусом гриппа и ОРВИ, но и уникальная возможность избежать тяжелых осложнений при развитии заболевания.**

В рамках Национального календаря профилактических прививок для сохранения здоровья населения **обязательной иммунизации подлежат** дети, посещающие детские дошкольные учреждения, учащиеся 1-11 классов, студенты высших и средних профессиональных учебных заведений, работники медицинских и образовательных учреждений, транспорта (в т.ч железнодорожного), коммунальной сферы и лица старше 60 лет. Прививки проводятся ежегодно в осенний период (октябрь-ноябрь) по месту учебы, работы, в поликлинике по месту жительства и в платных кабинетах вакцинации.

**Вакцинацию против гриппа** могут провести в условиях лечебно-профилактического учреждения любому желающему при отсутствии у него медицинских противопоказаний.