

ГРИПП

и его профилактика

**В зиму
без гриппа!**



Грипп - остро протекающее лихорадочное заболевание из группы инфекций верхних дыхательных путей, вызываемое вирусом.

Существуют три типа вируса гриппа - А, В, С. Вирусы А и В обладают высокой степенью изменчивости, что приводит иногда к повторным заболеваниям не только в разные годы, но и в один и тот же сезон.

Единственным источником гриппозной инфекции служит больной человек, реже здоровый вирусоноситель.

В организме происходит быстрое размножение **вируса** в слизистых оболочках носовых раковин, зева, гортани и **выделение его с мельчайшими каплями слюны**, мокроты, носовой слизи, при разговоре, кашле, чихании. Поэтому грипп относится к воздушно - капельным инфекциям. При попадании вируса на полотенце, носовой платок, постельное белье или посуду больного человека возможно заражение и через эти предметы.

Инкубационный период, то есть время с момента попадания вируса в организм человека и до момента проявления первых признаков заболевания, колеблется от нескольких часов до 3 дней.

Заболевание начинается остро: с озноба, подъема температуры 38-39 град. С и выше, головной боли, суставных и мышечных болях, иногда тошноты и рвоты. На второй день заболевания появляются катаральные явления - насморк, сухой кашель, першение и боль в горле, иногда могут быть носовые кровотечения.

Осложнения: грипп снижает иммунитет организма, вследствие чего могут развиваться: воспаление легких и бронхит. Обостряются сердечно - сосудистые заболевания. Реже присоединяются отит (воспаление среднего уха), гайморит (воспаление носовых пазух), менинго-энцефалит (воспаление мозга и его оболочек).





В период развития болезни гриппа совершенно **недопустимо самолечение**. Например, прием антибиотиков при неосложненном гриппе не только бесполезен, но и вреден, так как антибиотики не действуют на вирус гриппа, **более необходим противовирусный препарат**, который может назначить только врач.

Больному рекомендуется теплое обильное питье с витаминами, например, клюквенный морс, кислая реакция которого угнетает вирус гриппа.

Больного гриппом **необходимо изолировать**. Нужно поместить его в отдельную комнату.

При общении с больным следует **пользоваться маской из 6-ти слоев марли** или респиратором типа "Лепесток".

Помещение, где находится больной **должно** регулярно **проветриваться**, в нем нужно проводить влажную уборку.

Для заболевшего **должна быть** выделена **отдельная посуда**, которую после каждого использования следует обдать кипятком.

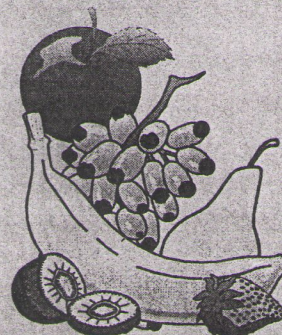
Профилактику гриппа необходимо предусмотреть задолго до наступления эпидемии. В доме, где есть больной, окружающим его можно вводить нормальный иммуноглобулин (человека) в строгом соответствии с прилагаемой инструкцией.

Против гриппа **проводятся прививки** всем группам населения по показаниям врача. Личная профилактика заключается в общих укрепляющих мерах: витаминизация пищи, отказ от курения.

В период гриппа необходимо максимально сократить контакты с другими людьми, особенно в транспорте и местах массового скопления людей.

Для укрепления иммунной системы **рекомендуется** экстракт **элеутерококка** или настойка **аралии маньчжурской** (противопоказан при гипертонической болезни).

В предэпидемический период целесообразно принимать **ДИБАЗОЛ**, в течении 10 дней (детям по 0,01 г. один раз в день, взрослым - 0,02 г.), **РЕМАНТАДИН** (по схеме), смазывать носовые ходы 0,025% оксалиновой мазью.



ПОМНИТЕ!

ДАЖЕ ОДИН ЧЕЛОВЕК, ПРЕНЕБРЕГАЮЩИЙ СВОИМ ЗДОРОВЬЕМ, МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЗАРАЗНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ.

ЗАБОТА О СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ - ОБЯЗАННОСТЬ И ПРЯМОЙ ДОЛГ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА.