

Профилактика гриппа

Управление здравоохранения рекомендует: "Защити себя прививкой!"

Ежегодно с приходом холодной и влажной погоды к нам возвращаются простудные заболевания и грипп.

С **гриппом** хоть однажды в своей жизни сталкивались, пожалуй, все. И это не удивительно, ведь грипп – одно из самых распространенных инфекционных заболеваний, способное приводить к массовым вспышкам и даже эпидемиям почти ежегодно.

Грипп был известен человечеству много веков назад. Первая задокументированная эпидемия гриппа случилась в 1580 году. Пандемия респираторной инфекции в 1918-1920 гг, которая захватила земной шар, и была названа «испанкой», являлась ничем иным, как эпидемией тяжелейшего гриппа. Известно, что испанка отличалась невероятной смертностью – молниеносно приводила к пневмонии и отеку легких, даже у молодых больных.

Грипп – это **острое вирусное заболевание**, которое может поражать верхние и нижние дыхательные пути, сопровождается выраженной интоксикацией и может приводить к серьезным осложнениям и летальным исходам – в основном у пожилых больных и детей.

Обычно пик заболеваемости приходится на январь – февраль. Однако ошибочно думать, что в другое время можно не заразиться. Инфекционные заболевания прекрасно себя чувствуют при влажной и сырой погоде, поэтому и в ноябре, и в декабре, при «благоприятных» условиях вас может настичь вирус гриппа.

Если вы в прошлом году вы переболели гриппом, то это не дает гарантии, что в этом вас «пронесет». Ведь каждую зиму к нам приходит обновленный штамм вируса, к которому наш организм не выработал иммунитет.

Однако хоть заболевание и обновляется ежегодно, но симптомы гриппа 2012 г. не отличаются от симптомов гриппа прошлого года. При этом необходимо уметь отличать симптомы гриппа от симптомов банальной простуды.

Грипп и ОРВИ – близкие друг другу заболевания и по способу заражения, и по основным проявлениям, однако это не одно и то же. Грипп вызывает тяжелую интоксикацию, часто протекает тяжело и приводит к различного рода осложнениям.

Источником инфекции является больной человек. Вирусы выделяются со слюной, мокротой, отделяемым из носа, при кашле и чихании. Вирусы могут попасть на слизистые носа, глаз или верхних дыхательных путей непосредственно из воздуха, при тесном контакте с больным человеком; а могут оседать на различных поверхностях и далее попадать на слизистые оболочки через руки или при использовании общих с больным предметов гигиены.

Грипп, в отличие от простуды, всегда имеет стремительное начало и бурное развитие, больной может точно указать время начала симптомов.

Уже через пару часов с момента инфицирования резко поднимается температура, которая может достигать 40 градусов и держаться на этом уровне до нескольких дней, в то же время при ОРВИ температура почти никогда не бывает выше 38 градусов и быстро снижается.

Многие относятся к этому заболеванию не серьезно: мол, собою температуру, а там

все само по себе со временем пройдет. Это ошибочная и рискованная позиция. Ведь даже при средней тяжести заболевания грипп зачастую дает осложнения на легкие, бронхи, носоглотку.

Вирусные осложнения при гриппе

Первичная вирусная пневмония – редкое, но крайне тяжелое осложнение гриппа.

Инфекционно-токсический шок – крайняя степень интоксикации с нарушением функционирования жизненно-важных органов: в частности сердечно-сосудистой системы (наблюдается выраженное учащение сердечных сокращений и критическое падение артериального давления) и почек. Первым проявлением инфекционно-токсического шока.

Миокардит и перикардит.

Бактериальная пневмония. Обычно через 2-3 дня острого течения заболевания, после улучшения состояния, температура повышается вновь. Появляется кашель с мокротой желтого или зеленого цвета. Важно не пропустить начало этого осложнения и вовремя начать лечение правильно подобранными антибиотиками.

Отит, гайморит, фронтит. Бактериальное воспаление носовых пазух и уха являются, пожалуй, самыми частыми осложнениями гриппа.

Гломерулонефрит – это воспаление почечных канальцев, который сопровождается снижением функции почек.

Менингит, энцефалит – воспаление оболочек и/или ткани мозга. Встречается чаще всего у больных группы риска, в основном страдающих иммунодефицитом.

Септические состояния – состояния, сопровождающиеся попаданием и последующим размножением бактерий в крови. Крайне тяжелые состояния, часто заканчивающиеся летальным исходом.

Бактериальные осложнения при гриппе

Бактериальная пневмония. Обычно через 2-3 дня острого течения заболевания, после улучшения состояния, температура повышается вновь. Появляется кашель с мокротой желтого или зеленого цвета. Важно не пропустить начало этого осложнения и вовремя начать лечение правильно подобранными антибиотиками.

Отит, гайморит, фронтит. Бактериальное воспаление носовых пазух и уха являются, пожалуй, самыми частыми осложнениями гриппа.

Гломерулонефрит – это воспаление почечных канальцев, который сопровождается снижением функции почек.

Менингит, энцефалит – воспаление оболочек и/или ткани мозга. Встречается чаще всего у больных группы риска, в основном страдающих иммунодефицитом.

Септические состояния – состояния, сопровождающиеся попаданием и последующим размножением бактерий в крови. Крайне тяжелые состояния, часто заканчивающиеся летальным исходом.

Профилактика гриппа

В первую очередь важно не допускать попадания вирусов на слизистые оболочки носа, глаз или рта. Для этого необходимо ограничить контакт с заболевшими людьми. Кроме того, необходимо помнить, что вирусы способны некоторое время задерживаться на предметах личной гигиены больного человека, а также на различных поверхностях в помещении, где он находится. Поэтому важно мыть руки после контакта с предметами, на которых могут оставаться вирусы. Не следует также дотрагиваться грязными руками до носа, глаз, рта.

Вакцинопрофилактика гриппа

Одним из наиболее эффективных методов снижения инфекционной заболеваемости, в том числе и гриппом, является иммунопрофилактика, что доказано многолетним опытом ее проведения. Вакцины против гриппа ежегодно обновляются. Вакцинация проводится вакцинами, созданными против вирусов, циркулировавших в предыдущую зиму. Известно, что при повторных вакцинациях эффективность возрастает. Это связывают с тем, что образование антител – защитных противовирусных белков – у ранее вакцинировавшихся людей происходит быстрее.

С 01.09.14 г., в рамках национального календаря профилактических прививок, в г.

Волгодонске начата иммунизация населения против гриппа, всего будет привито 42710 человек, в том числе: дети до 18 лет, медицинские работники и работники общеобразовательных учреждений, студенты высших и средних учебных заведений, работники транспорта и коммунальной сферы обслуживания, больные хроническими заболеваниями и лица старше 60 лет, остальные контингенты должны прививаться за счет средств работодателей или личные сбережения. На сегодняшний день уже привито 6350 человек, в том числе 1100 детей.

Получая иммунизацию против гриппа, Вы предупреждаете не только развитие самого заболевания, но и возникновение тяжелейших осложнений.

Сделайте свою жизнь и жизнь близких Вам людей более безопасной!