

## ВСЕ О ГРИППЕ



Грипп – это острое инфекционное заболевание, характеризующееся поражением главным образом слизистой дыхательных путей и явлениями высокой интоксикации (болезненным состоянием организма).

- **СИМПТОМЫ:**
- Всегда острое начало. Больные, как правило, могут назвать час, когда почувствовали, что больны
- Температура в течение нескольких часов достигает максимальных значений (39-40С и даже выше). Высокая температура держится 3-4 дня
- Быстро нарастают симптомы интоксикации: озноб, обильное потоотделение, сильная головная боль в лобно-височной области, боль при движении глазных яблок, светобоязнь, головокружение, ломота в мышцах и суставах
- Обычно не бывает сильного насморка, часто присутствует лишь небольшая заложенность носа, которая появляется ко второму дню болезни
- В первые дни болезни выявляется не всегда, обычно гиперемированы задняя стенка глотки и мягкое небо
- На 2-е сутки болезни часто возникает мучительный кашель, боль за грудиной по ходу трахеи, появляющиеся в результате поражения слизистой оболочки трахеи
- Бывает редко чихание
- Довольно частый симптом гиперемия конъюнктивы (покраснение слизистой оболочки глаз)
- Утомляемость, слабость, головная боль, раздражительность, бессонница могут сохраняться на протяжении 2-3 недель.

### ОСЛОЖНЕНИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ ГРИППА

Вирус гриппа, размножаясь в респираторном тракте, вызывает разрушение [мерцательного эпителия](#), физиологической функцией которого является очищение дыхательных путей от пыли, бактерий и т.д. Если мерцательный эпителий разрушается, он уже не может в полной мере выполнять свои защитные функции, и бактерии с большей легкостью проникают в легкие.

Таким образом, появляется опасность развития бактериальной суперинфекции. Наиболее частым осложнением гриппа является [пневмония](#). Более редко встречается комбинированная инфекция (вирусная и бактериальная пневмония). Первичная вирусная пневмония - это редкое осложнение, характеризующееся высокой смертностью.

- ❖ Другие вторичные бактериальные инфекции, часто возникающие после гриппа - [ринит](#), [синусит](#), [бронхит](#), [отит](#).
- ❖ Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы : [миокардит](#) и [перикардит](#)
- ❖ Мышечные осложнения, выражающиеся в [миозите](#) и других мышечных заболеваниях.
- ❖ Иногда отмечается острый поперечный [миелит](#)
- ❖ **Менингит** и [энцефалит](#).
- ❖ **Бактериальная суперинфекция.**
- ❖ Часто наблюдаются **обострения хронических заболеваний**, таких как: бронхиальная астма и хронический бронхит, сердечно-сосудистые заболевания, нарушения обмена веществ, заболевания почек и др..

### ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

**Избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, обнаруживают явления жара (температуры) и кашель.**

**Избегайте многолюдных мест или сократите время пребывания в многолюдных местах.**

**Старайтесь не прикасаться ко рту и носу.**

**Соблюдайте гигиену рук – чаще мойте руки водой с мылом или используйте средство для дезинфекции рук на спиртовой основе, особенно в случае прикосновения ко рту, носу.**

**Увеличьте приток свежего воздуха в жилые помещения, как можно чаще открывайте окна. Используйте защитные маски при контакте с больным человеком.**

**Придерживайтесь здорового образа жизни: полноценный сон, рациональное питание, физическая активность, регулярные прогулки на свежем воздухе.**

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**