



Министерство Здравоохранения
Нижегородской области



Государственное бюджетное учреждение
здравоохранения Нижегородской области
«Нижегородский областной Центр
медицинской профилактики»

Вирусные заболевания

8-800-200-02-00
TAKZDOROVO.RU

Нижний Новгород, 2020



Грипп – острая вирусная респираторная инфекция, вызываемая РНК-содержащими вирусами гриппа А, В и С, проявляющаяся лихорадкой, интоксикацией и поражением эпителиальной выстилки верхних дыхательных путей. Грипп входит в группу острых респираторных вирусных инфекций – ОРВИ.

Резервуар и источник инфекции – больной человек (с явными клиническими проявлениями или стертой формой инфекции). Максимальное выделение вируса имеет место в первые 5-6 дней заболевания.

Механизм передачи гриппа – аэрозольный, вирус распространяется воздушно-капельным путем. Выделение происходит со слюной и мокротой (при кашле, чихании, разговоре), которые в виде мелкого аэрозоля распространяется в воздухе и вдыхается другими людьми. В некоторых случаях возможна реализация контактно бытового пути передачи (преимущественно через посуду, игрушки).

Основные проявления болезни:

- лихорадка, повышение температуры;
- приступы кашля — влажного или сухого;

- ринит, заложенность носовых ходов;
- покраснение и першение в горле;
- общая слабость, вялость;
- ломота в теле.

Для того чтобы уберечь себя и своих близких от ОРВИ и гриппа, очень важно помнить о профилактике.



Основные профилактические методы:

- в период эпидемий нужно стараться избегать посещения мест большого скопления людей;
- в случае пребывания в общественных местах рекомендуется использовать специальную марлевую маску для защиты от вирусов;
- после поездки в общественном транспорте обязательно нужно мыть руки с мылом, прополоскать носовые ходы теплым солевым раствором;
- для того чтобы предотвратить заражение вирусными инфекциями, перед выходом из дома желательно смазать носовые ходы Оксолиновой мазью;
- вакцина против гриппа – эффективное средство профилактики, предотвращает летальные исходы;
- обязательно следует регулярно проветривать



комнату и делать влажную уборку. Самому пациенту при первых симптомах нужно остаться дома, чтобы не только не заразить

окружающих, но и вовремя заняться лечением, для чего необходимо немедленно обратиться к врачу. Для предупреждения дальнейшего распространения инфекции заболевшего нужно изолировать от здоровых лиц, желательно выделить отдельную комнату.

Общее лечение гриппа:

- постельный режим;
- обильное питье (сок, чай с лимоном, малиной, минеральные щелочные воды, теплое молоко);
- легкое правильное питание, обогащенное витаминами, особенно витамином С.



Грипп — опасное заболевание, чреватое тяжелыми осложнениями, такими как пневмония и дыхательная недостаточность, отиты, синуситы. Поэтому не стоит пытаться переносить его на ногах. Постельный режим, обильное питье и противовирусные средства помогут справиться с болезнью и уменьшить вероятность развития осложнений. Будьте здоровы!