

Грипп. Профилактика и лечение



Что такое грипп



Грипп - это высоко контагиозная вирусная инфекция, распространенная повсеместно.

Характерные клинические проявления гриппа: внезапное острое начало заболевания, сопровождающееся резким повышением температуры тела (выше 38°C), ознобом, головной болью, болью в мышцах, общей слабостью, кашлем.

Болезнь может протекать легко, однако могут наблюдаться тяжелые формы течения вплоть до смертельных исходов.





- За считанные часы после заражения вирус гриппа приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в нее бактерий.

Чем опасен грипп:

- легочные осложнения (пневмония, бронхит);

Пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.



- осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР органов (отит, синусит, ринит, трахеит);



- осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит);
- осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Профилактика



- вакцинация;
- избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания;
- сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;
- носить медицинскую маску (4-хслойную марлевую повязку);
- регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их специальным средством для обработки рук;
- осуществлять влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении;
- вести здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность).



Что делать, если Вы заболели гриппом?



Следует остаться дома и немедленно обратиться к врачу. Самолечение при гриппе недопустимо.

Необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача: своевременно принимать лекарства и соблюдать постельный режим во время болезни, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Рекомендуется обильное питье - горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды.



**Спасибо
за
внимание.**

