

Грипп и ОРВИ: что нужно знать

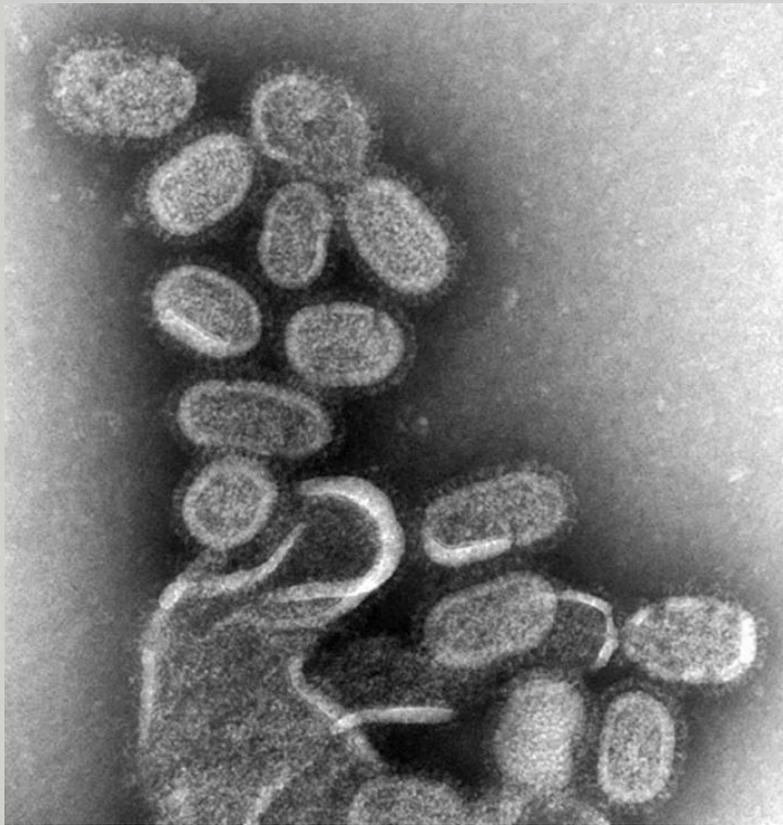


Что такое грипп?

Грипп - это острое вирусное заболевание, вызываемое вирусами гриппа А и В. Вспышки и эпидемии гриппа наблюдаются ежегодно в осенне-зимний период. Вирус гриппа широко распространен в природе. Заболеванию подвержены животные и люди. Симптомы гриппа напоминают таковые при простуде.



Вирус гриппа - электронная микроскопия. Увеличение в 100 тысяч раз.



Оболочка вируса имеет «шипы» - выросты из белков. По наличию их на поверхности вируса проводится их классификация на подтипы или штаммы - 11 подтипов нейраминидазы и 18 подтипов (NA) гемагглютинина (HA). Пример: **H1N1**. В настоящее время выявлено **более 2000** вариантов вируса гриппа.

Люди склонны недооценивать значимость гриппа. Но вот почему стоит его опасаться:

- ❖ Согласно данным ВОЗ, **каждый год** от респираторных заболеваний, вызванных сезонным гриппом, **умирает до 650 000 человек**.
- ❖ Только за XIX век было зарегистрировано **45 эпидемий** гриппа. Эпидемии с большим количеством смертей возникают с периодичностью в 12 лет. Эпидемии с меньшим числом жертв регистрируются ежегодно.



Немного истории и статистики

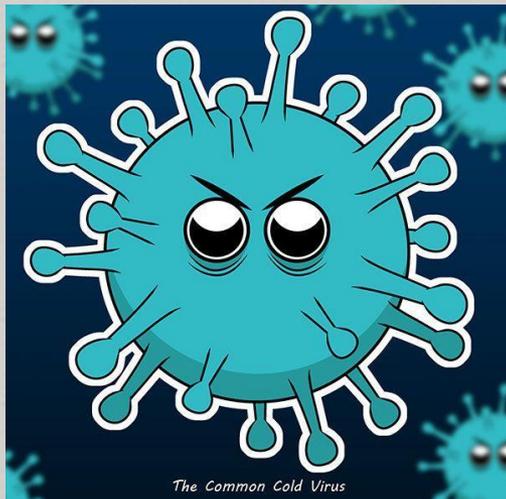
- ❖ Испанский грипп или «испанка» - самая известная эпидемия гриппа в мире. В 1918-1919 годах (18 месяцев) во всём мире испанкой **было заражено около 550 миллионов человек**. Умерло приблизительно **50-100 млн человек**, что позволяет считать эту эпидемию одной из наиболее масштабных катастроф в истории человечества
- ❖ Для сравнения: **число убитых в Первой мировой войне солдат - 71 млн за 4 года**.



Почему грипп опасен?

Главная опасность гриппа - его **изменчивость**. Вирус быстро размножается и легко эволюционирует. Инкубационный период гриппа короткий и часто составляет несколько часов. К гриппу восприимчивы все возрастные категории и люди любого социального статуса.

Влияние возбудителя гриппа на организм человека непредсказуемо, а социальный и экономический ущерб от эпидемий гриппа огромен. Множественные трудовые и общественные контакты, общественный транспорт способствуют быстрому распространению инфекции.



Как передается грипп?

Механизм передачи: вирусы гриппа передаются от человека к человеку, главным образом, за счет дыхательных путей (при чихании, кашле, речи, прикосновении). **Высоко заразным больной остается начиная с первых часов заболевания до 3 — 5 дней.**

Пациенты с неосложненным гриппом обычно выздоравливают постепенно - в течение двух-пяти дней. Тем не менее, болезнь может длиться более недели, особенно среди детей младшего возраста.



Группы риска

- ❖ Беременные женщины
- ❖ Новорожденные и младенцы до 6 месяцев
- ❖ Дети до 5 лет
- ❖ Пожилые люди
- ❖ Лица с хроническими заболеваниями
- ❖ Путешественники
- ❖ Люди с ослабленным иммунитетом
- ❖ Курильщики



Симптомы гриппа

- ❖ внезапная лихорадка
- ❖ головная боль
- ❖ боли в мышцах
- ❖ общее недомогание

Эти симптомы часто сопровождаются проявлениями обычных ОРВИ (кашель, красное горло, насморк)

ПРИ ОТСУТСТВИИ ЛЕЧЕНИЯ У ЛЮДЕЙ ИЗ ГРУПП РИСКА ВОЗМОЖНО ОСЛОЖНЕННОЕ ТЕЧЕНИЕ ГРИППА:

- ❖ Довольно редко при крайне тяжелой интоксикации грипп осложняется тяжелым, **опасным для жизни состоянием – острым геморрагическим отеком легких.**
- ❖ Присоединение инфекции во время течения гриппа чаще всего способствует развитию **пневмонии**
- ❖ Со стороны других органов и систем могут отмечаться **нефриты, пиелостит, миозиты, воспаление сердечной сумки**
- ❖ У беременных женщин грипп может вызывать **самопроизвольное прерывание беременности или внутриутробную смерть плода.**

Профилактика

Снизить риск распространения гриппа и избежать заболевания можно, если соблюдать **простые санитарно-гигиенические правила**, для чего необходимо:

- ❖ Свести к минимуму контакт с больными гриппом, не подходить к ним ближе, чем на метр.
- ❖ Не посещать массовые мероприятия в период гриппа.
- ❖ Чаще мыть руки и протирать спиртосодержащими растворами.
- ❖ Носить маску.
- ❖ Не касаться лица, глаз и носа грязными руками.

Специфическая профилактика

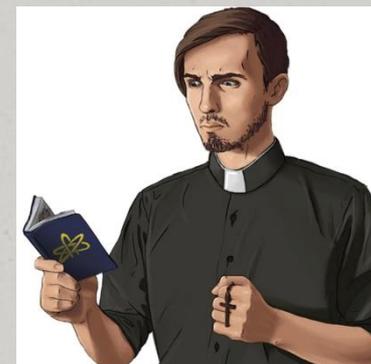
- ❖ Сезонная вакцинация
- ❖ Профилактика противовирусными препаратами



Для тех, кому стало интересно

❖ LOONY: Грипп - [История Медицины]

❖ https://youtu.be/I2R-HGj_Ilo



❖ <https://www.syl.ru/article/391364/virus-grippa-shtamm-si-mptomyi-lechenie-i-profilaktika>

❖ <http://microbak.ru/infekcionnye-zabole.html>

