

ТОМЫ, лечение и профилактика гриппа

ать заболевание и что делать при появлении первых симптомов

Грипп – тяжёлая вирусная инфекция, поражающая людей независимо от пола и возраста. Эпидемии гриппа случаются ежегодно, обычно в холодное время года. Заболеть могут до **15%** населения земного шара

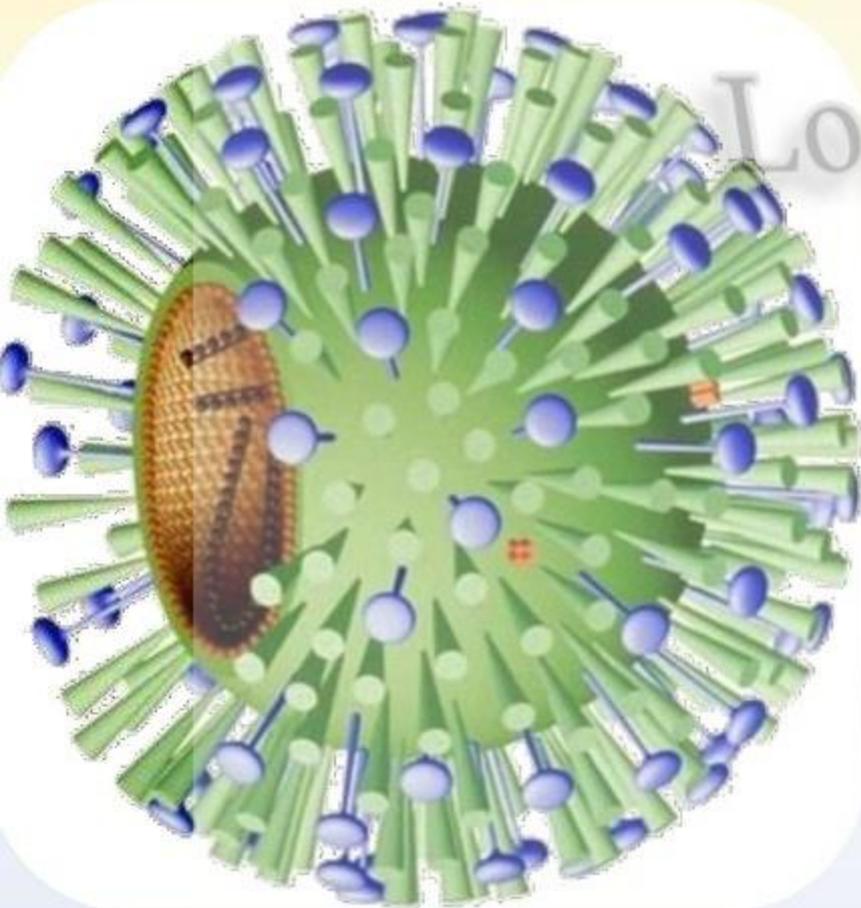
ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ИНФЕКЦИИ

Воздушно-капельный
(самый распространённый)

Бытовой
(через предметы обихода)



Вирус гриппа



- Вирус гриппа - РНК содержащий вирус, сферической формы
- На поверхности вируса расположены поверхностные выступы Н и N.
- Н — это белок гемагглютинин, обеспечивающий способность вируса присоединяться к клетке-хозяину
- N — белок нейраминидаза, отвечающая за способность вируса проникать в клетку и за способность новых вирусов выходить из клетки после размножения.
- Поверхностные структуры обуславливают крайне высокую изменчивость вируса гриппа

Вирус гриппа 2019: признаки, симптомы и лечение

- ВОЗ сообщило об обновленном штаммовом составе вакцин против гриппозной вирусной инфекции для эпидемсезона 2018/19 г. От нынешних они будут отличаться 2-мя штаммами вируса гриппа. Взамен известных штаммов гриппа «Гонконг» и «Брисбен» по оценкам экспертов ВОЗ, придут «**Сингапур**» и «**Колорадо**».
- В 4-хвалентных вакцинах необходимо присутствие нижеперечисленных компонентов:
- **A/[Michigan](#)/45/2015 (H1N1)** pdm09-подобный вирус;
- **A/Singapore/INFIMH-16-0019-2016 (H3N2)**-подобный вирус;
- **B/Colorado/06/2017**-подобный вирусу (B/Victoria/2/87 линия);
- **B/Phuket/3073/2013**— подобный вирусу (B/Yamagata/16/88 линия).
- Для 3-хвалентных вакцин, имеющих использование в РФ, учреждение советует отдать предпочтение Колорадо. В Соединенных Штатах, а также в Европе обстановка по показателям заболеваемости в нынешнем году оказалась неблагоприятной. Среди циркулирующих в Европе составили вирусы А (H3N2), также В/Ямагата.

Разновидности вируса гриппа

- **Вирус типа А** является самым коварным. Преимущественно он поражает людей, животных, а также птиц. Данный тип включает 15 подтипов, отличающихся по строению поверхности белков, из которых только подтипы 1,2 и 3 вызывают развитие эпидемии.
- **Вирусы гриппа В** не вызывают пандемий, в основном они являются причинами местных вспышек заболевания. Этот тип распространяется среди людей и часто поражает детей.
- **Вирус гриппа С** менее агрессивный микроорганизм. Он поражает лишь наиболее ослабленные категории и обычно протекает в бессимптомной или легкой форме.

Симптомы гриппа



Обычно грипп начинается остро.

Инкубационный период, как правило, длится 1-2 дня, но может продолжаться до 5 дней. Затем начинается **период острых клинических проявлений**.

Тяжесть болезни зависит от многих факторов: общего состояния здоровья, возраста, от того, контактировал ли больной с данным типом вируса ранее.

Формы гриппа

Легкая

Среднетяжелая

Тяжелая

Гипертоксическая

СИМПТОМЫ ГОНКОНГСКОГО ГРИППА

ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Длительность: 2 часа - 2 дня

Вирус размножается в клетках, накапливается вирусная масса

Первые признаки: слабость, сонливость, повышенная утомляемость



ПЕРИОД КЛИНИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ

Длительность: 3 - 5 дней

Вирус начинает выходить из пораженных клеток, интоксикация

Признаки: волнообразная температура до 39,5 °С, мышечная слабость, боли в мышцах, ломота в суставах, глаза слезятся, глаза болят, выделения из носа, отсутствие аппетита



ПЕРИОД ИСТОЩЕНИЯ

Длительность: 3 дня

Истощение приводит к размножению бактерий, опасность пневмонии

Признаки: постоянная температура до 39,5 °С, кашель, мокрота густая и вязкая, мышечная слабость

Свиной грипп - респираторное заболевание, которое поражает как свиней, так и человека

Передается от человека к человеку во время чихания или кашля

Типы свиного гриппа:

H1N1, H1N2, H3N1, H3N2, H2N3

Когда вирус передается от человека к человеку, реже от животного к человеку, он продолжает мутировать в новые типы, что делает его более устойчивым к противовирусной терапии

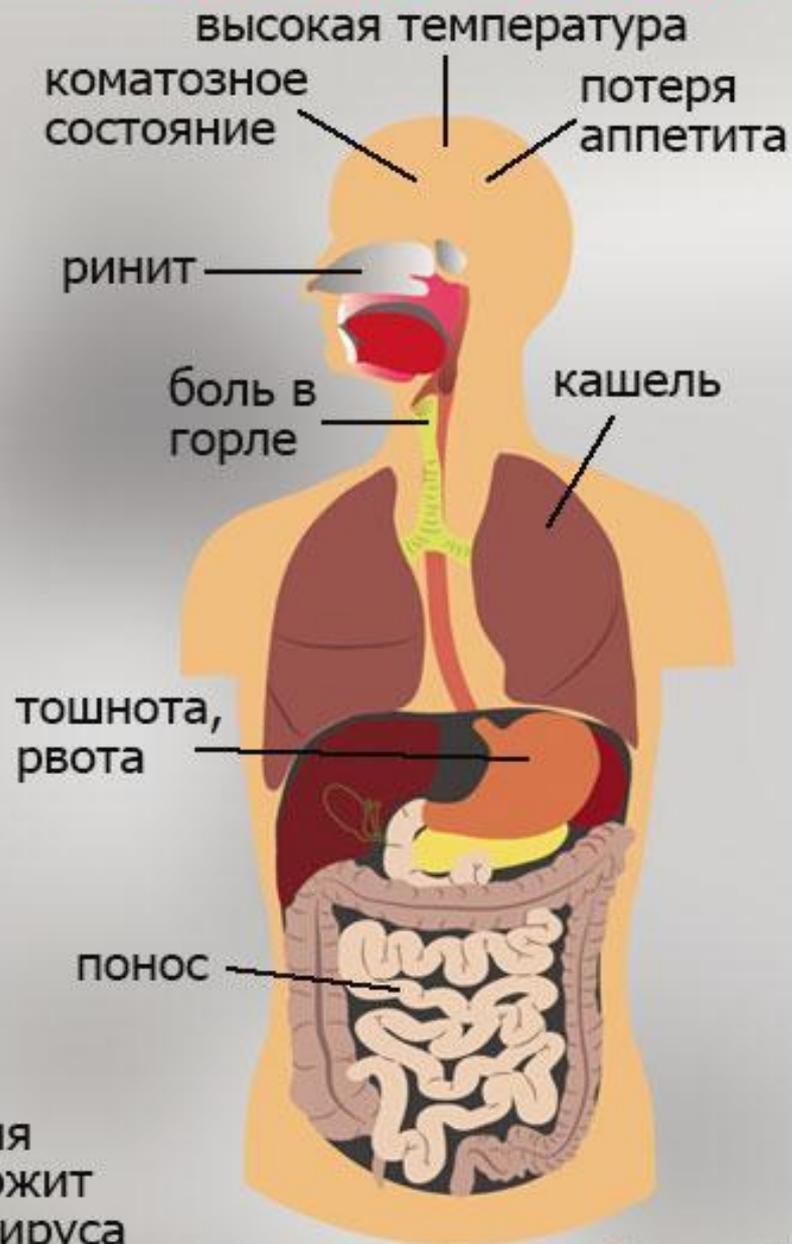
Инкубационное время

5-10 дней

Лечение назначает врач после осмотра

Профилактика - вакцинация
Нет вакцины, которая содержит тот или иной точный тип вируса

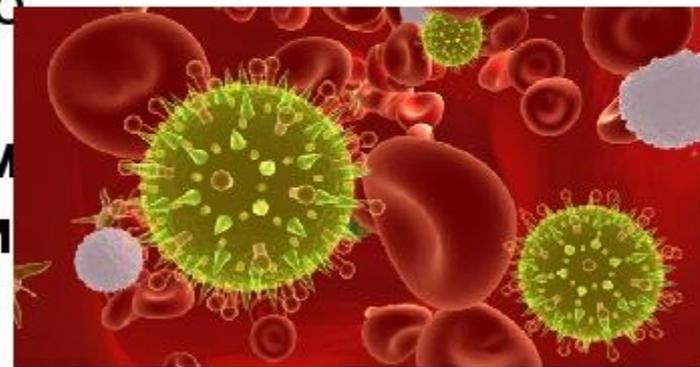
Симптомы у человека



Симптомы гриппа:

- температура тела до 38–40 °С уже в первые часы заболевания;
- озноб (мышечная дрожь, которую нередко принимают за судороги);
- головная боль;
- головокружение;
- рвота;
- боли в мышцах, животе, суставах, глазных яблоках;
- возможны носовые кровотечения и кровоизлияния в подкожно-жировую клетчатку.

Чем меньше возраст ребенка, тем тяжелее протекает заболевание и тем выше риск развития осложнений.



Симптомы гриппа в 2018 2019 году

- Первыми симптомами гриппа являются:
- резкая головная боль;
- познабливание;
- ломота во всем теле (особенно в ногах);
- разбитость, светобоязнь, общая слабость;
- активное потоотделение;
- расстройства ЖКТ.
- Зачастую у больного наблюдается резкий подъем температуры вплоть до критических цифр (до 40 °С). Она может держаться в течение трех — четырех дней. Если температура продолжается дольше, или вновь возникает на 5 – 6-й день, это значит что присоединилась инфекция, и развилось осложнение. В этом случае необходимо обратиться к доктору.



ЭТО ОРВИ:

$t \leq 38^{\circ}\text{C};$

- ✓ нос заложен, в первые же дни появляется насморк с сильным чиханием, болит горло, кашель;
- ✓ повышенная утомляемость и бессонница;
- ✓ головная боль;
- ✓ осложнения – гайморит, бронхит или тонзиллит.



ЭТО ГРИПП:

$t = 39-40^{\circ}\text{C};$

- ✓ интоксикация организма приводит к сильному ознобу, головной боли, ломоте в теле;
- ✓ может появиться светобоязнь, боль при движении глаз и их покраснение;
- ✓ нос заложен, насморк появляется через 2-3 дня;
- ✓ покраснение и боль в горле также появляются через 2 суток;
- ✓ утомляемость и бессонница сохраняются даже после выздоровления;
- ✓ осложнения - пневмония, воспаления сердечных мышц.



Лечение ОРВИ и гриппа

- полупостельный режим, обильное питье
- парацетамол и другие жаропонижающие в стандартных дозировках (кроме аспирина детям до 18 лет)

Принципы использования жаропонижающих:

- ранее здоровым детям – при температуре $39\text{ }^{\circ}\text{C}$ и выше и/или мышечной ломоте и/или головной боли
- детям с сопутствующими тяжелыми заболеваниями сердца – при температуре выше $38,5\text{ }^{\circ}\text{C}$
- детям первых месяцев жизни, детям с фебрильными судорогами в анамнезе – при температуре выше $38,0\text{ }^{\circ}\text{C}$
- взрослым – при температуре выше $38,5\text{ }^{\circ}\text{C}$
- всем больным при злокачественной гипертермии с нарушением микроциркуляции
- при наличии плохой переносимости явлений, связанных с лихорадкой (головные и мышечные боли)

Детям парацетамол назначается в суточной дозе 60 мг/кг в 4-6 приемов, взрослым максимально по $0,5\text{ г}$ 4 раза в день, эффективно также сочетание его с ибупрофеном.

- симптоматическая терапия ринита, фарингита, трахеита (деконгестанты, противкашлевые средства и муколитики и т.д.)

Лечение гриппа 2019

- Существует только две группы средств с доказанной эффективностью: ингибиторы нейраминидазы (осельтамивир и занамивир) и адамантаны (о них будет сказано ниже). Первые разрушают белок вируса нейраминидазу, препятствуя распространению патогена. Однако они не способны быстро сбить температуру и не оказывают значительного влияния на сокращение периода болезни.
- Опишем кратко два основных препарата – осельтамивир и занамивир.
- **Осельтамивир: действие и правила применения**
- Применяется врачами с 1999 года, имеет подтверждения эффективности международного уровня. Препарат относится к ингибиторам нейраминидаз, помогает уничтожить вирусы гриппа штаммов А и В. Позволяет заблокировать поверхностный белок патогена, в результате чего тот теряет способность к проникновению внутрь клеток организма человека. У населения известен как «Тамифлю».
- Форма выпуска различна: капсулы и суспензии для детей. Дозировка на однократный прием (всего их два в день) подбирается исходя из веса пациента. Обычно период лечения длится 5 дней.
- Как правило, в России применяется в тяжелых случаях при заболевании гриппом, а также при наличии серьезной угрозы для жизни человека из-за дополнительных факторов: беременность, младенческий возраст, серьезные патологии.
- Противопоказаниями к использованию являются: непереносимость компонентов, хроническая почечная недостаточность

Занамивир: применение и противопоказания

- Еще один препарат, относящийся к группе ингибиторов нейраминидаз. На аптечных полках его следует искать под названием «Реленза». Используется для лечения гриппа, вызываемого штаммами вируса А и В. Разрешен и рекомендован ВОЗ. Выпускается в весьма необычной форме – как раствор для проведения ингаляций.
- Занамивир имеет несколько противопоказаний:
- детский возраст до 5 лет (клинически не доказана безопасность препарата для детей);
- повышенная чувствительность к составляющим медикамента;
- нарушения функционирования почек;
- I триместр беременности (имеет токсическое воздействие на плод);
- кормление грудью (в период терапии его следует прекратить).
- Препарат показан при тяжелых формах течения заболевания, когда человека помещают в стационар. Занамивир по своему действию похож на осельтамивир. Время лечения занимает 5 дней, проводится по 2 ингаляции дважды в сутки.

Адамантаны

- Еще их называют блокаторами M2-каналов. К ним причисляют амантадин и римантадин. Они угнетают действие белка M2, что препятствует внедрению в клетку человека генетического материала вируса. Однако существуют исследования, доказывающие низкую эффективность этих препаратов против многих штаммов. Так, адамантаны оказываются практически бесполезны (в 99% случаев) при купировании вируса H1N1. Таким образом, медицинские работники не рекомендуют применять амантадин и римантадин при лечении гриппа А. что касается гриппа В, то эти препараты абсолютно неэффективны против него.
- При использовании ингибиторов нейраминидазы их назначают с осторожностью, оценивая пользу и вред для организма. Обычно их применяют в нескольких случаях:
- пожилой возраст пациента;
- дети до 2 лет;
- течение беременности;
- нарушения функционирования иммунной системы.
- Есть также ряд «пустых» препаратов, которые не способны излечить от гриппа и как-либо поспособствовать уничтожению вируса. У них относятся «Кагоцел», «Ингавирин», «Арбидол». Так, эффективность первого не доказана клиническими исследованиями, «Ингавирин» отсутствует в списках разрешенных медикаментов ВОЗ, не получил регистрационное свидетельство в Европе и США, а «Арбидол» якобы проверен российскими учеными, но Всемирная организация здравоохранения скептически относится к предоставленным результатам.
- Некоторые средства, например, «Анаферон» и «Оциллококцидум» причисляются к гомеопатическим и бесполезны при лечении гриппа.

ОСЛОЖНЕНИЯ ПОСЛЕ ГРИППА

Отит, гайморит

(воспаление ушей,
придаточных пазух носа)

Менингит

(воспаление мозговой оболочки)

Трахеит (воспаление трахеи)

Миокардит

(воспаление сердечной мышцы)

Пневмония, бронхит

(воспаление легких, бронхов)

Гломерулонефрит

(воспалительное поражение клубочкового аппарата почек)



Прививка от гриппа 2018-2019

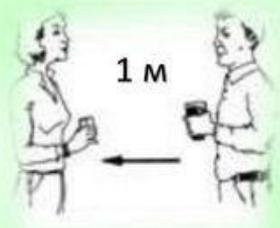
- В России в эпидемиологическом сезоне 2018-2019 года используются преимущественно следующие сертифицированные препараты зарубежных и отечественных производителей:
- «Гриппол» (Россия) – отличается отсутствием консервантов в составе и наличием полиоксидония, который вызывает активную работу интигенов. Неплохо переносится пациентами разных возрастных категорий и формирует выраженный характерный иммунитет от гриппа.
- «Инфлювак» (Нидерланды) – усиливает естественную защиту от вирусов типа А и В. Также препятствует ОРЗ. Вакцина показана людям старше 65 лет, пациентам с болезнями сердца, органов дыхания, и тем лицам, у кого наблюдается хроническая почечная недостаточность. Также больным сахарным диабетом.
- Флюарикс (Бельгия) – обеспечивает защиту на текущий сезон гриппа. Вакцина используется для прививки детям от шести месяцев, пенсионеров, школьников, работников больниц, школ, транспорта. Существуют противопоказания – непереносимость яичного и куриного белка.
- Совигрипп (Россия) – показан для применения людям после 60 лет, больным с хроническими заболеваниями. Также лицам, по роду учебной либо профессиональной деятельности, которые имеют большой риск заболевания гриппом или заражения им иных лиц (студенты, медики, военнослужащие). У него мало побочных эффектов.
- Ваксигрипп (Франция) – инактивированная вакцина, которая разрешена к использованию детям с 6-месячного возраста, пожилым от 65 лет, людям с ВИЧ, сахарным диабетом, а также беременным.
- Агриппал (Италия) – вакцина, которая разрешена к применению без возрастных ограничений. Она имеет множество побочных эффектов (боли в голове, озноб, сонливость, потливость, кровоподтеки).

одноразовыми салфетками, когда
кашляете или чихаете

Немедленно выбрасывайте
использованные салфетки



Избегайте объятий,
поцелуев и рукопожатий при
встречах



симптомы, похожие
на симптомы гриппа, не
подходите к другим
ближе, чем на 1 метр

КАШЕЛЬ, ЗАТРУДНЕНИЕ ДЫХАНИЯ

ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ДО 39/40°C

МЫШЕЧНАЯ БОЛЬ, БОЛИ В СУСТАВАХ

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

ОЗНОБ



Защитись от ГРИППА



СИМПОМЫ

Если у вас симптомы похожие на
симптомы гриппа, оставайтесь дома.

Не ходите на работу, в школу



Не трогайте глаза, нос,
рот немытыми руками

Если у Вас симптомы, похожие
на симптомы гриппа, немедленно
обратитесь к врачу



Регулярно мойте руки с

