

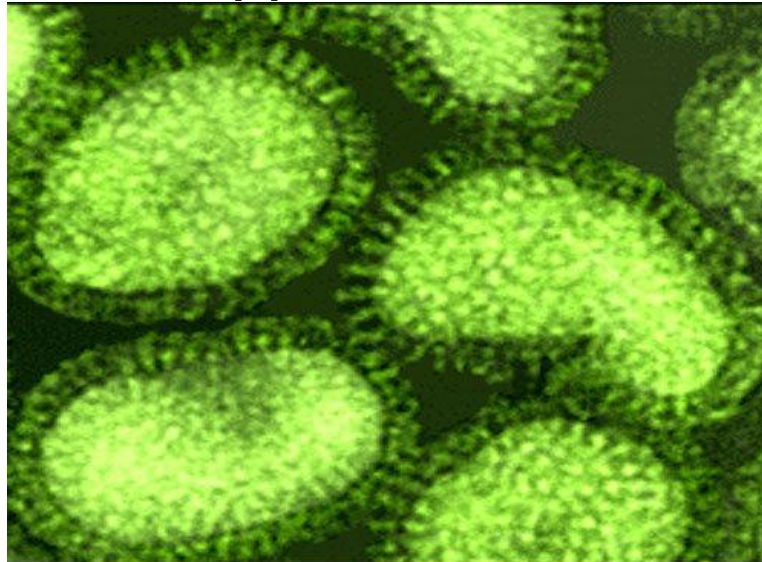
# Вирусы гриппа



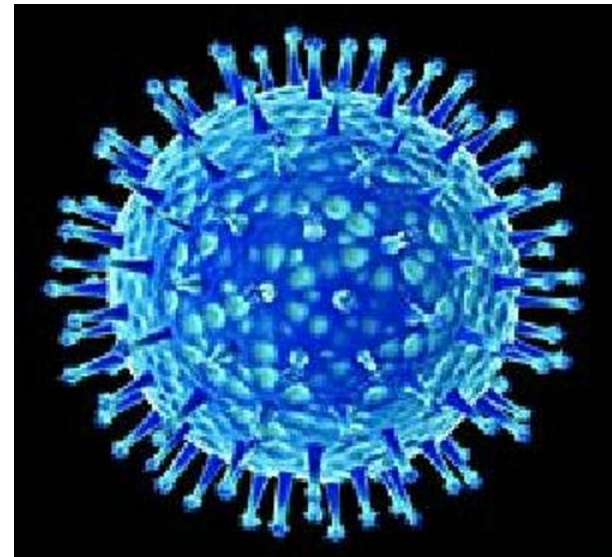
- Эпидемии гриппа случаются ежегодно, обычно в холодное время года и поражают до 15% населения земного шара. Грипп и ОРВИ составляют 95% всех инфекционных заболеваний в мире. Ежегодно в мире заболевают до 500 млн. человек, 2 миллиона из которых умирают.

В России ежегодно регистрируют от 27,3 до 41,2 млн. заболевших гриппом и другими ОРВИ (данные ВОЗ).

- Грипп (лат. Influentia): острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа.
- Входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ).
- Периодически распространяется в виде эпидемий и пандемий.



- Название болезни происходит от русского слова «хрип» — звуки, издаваемые больными. Во время Семилетней войны (1756—1763) это название распространилось в европейские языки, обозначая уже саму болезнь, а не отдельный симптом. Затем произошло вторичное заимствование в русский язык от французского «grippe».



- Первые упоминания о гриппе были отмечены много веков назад - еще в 412 году до н.э. описание гриппо-подобного заболевания было сделано Гиппократом. Также гриппо-подобные вспышки были отмечены в 1173 году. Первая задокументированная пандемия гриппа, унесшая много жизней, случилась в 1580 году. Об эпидемии говорят тогда, когда одновременно заболевают гриппом большое количество людей в одной стране.



- Продолжительность эпидемии гриппа обычно составляет 3-6 недель. В случае пандемии грипп поражает одновременно большое количество людей в разных странах. В этом случае заболевание вызывается новыми серотипами вируса гриппа, к которым восприимчива подавляющая часть населения. Поэтому вирус распространяется с очень высокой скоростью и вызывает заболевание в очень тяжелой форме.

- Передача инфекции осуществляется воздушно-капельным путем. Вирус со слизистых дыхательных путей при дыхании, чихании, кашле, разговоре выделяется в огромной концентрации и может находиться во взвешенном состоянии несколько минут. Также существует вероятность передачи инфекции через предметы обихода, соски, игрушки, белье, посуду.



Разброс  
аэрозольных частиц  
при чихании

# Симптомы гриппа

В случае типичного развития инфекции выделяются следующие симптомы гриппа:

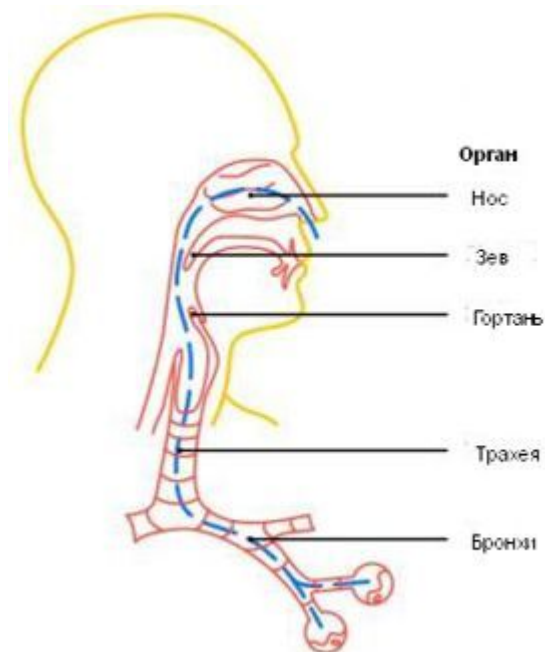
- резкий подъем температуры тела (в течение нескольких часов) до высоких цифр (38-40 °С) (достигает своего максимума на первые-вторые сутки заболевания)
- озноб
- головокружение
- боль в мышцах
- слабость
- головная боль





- «Заразный» период достигает своего максимума через 1-2 дня после начала заболевания. После 5-7-го дня болезни концентрация вируса в выдыхаемом воздухе резко снижается, и больной становится практически неопасным для окружающих (Покровский В.И., «Эпидемиология и инфекционные болезни»).

Локализация симптомов  
гриппа

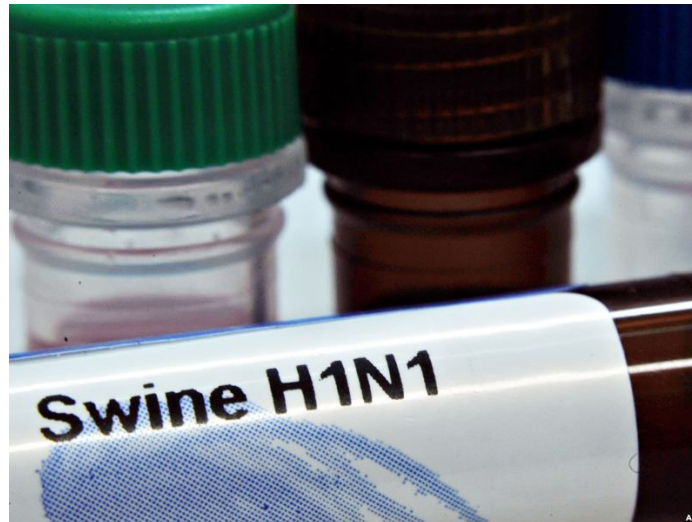


- В 1918-1920 гг. печально известная «Испанка» (вирус гриппа H1N1) унесла по самым скромным подсчетам более чем 20 млн. жизней.
- В 1957 – 1958 гг. от пандемии под названием «Азиатский грипп» (вирус гриппа H2N2) только в США погибло более 70 тысяч человек.



- В 1968-1969 гг. случился средний по тяжести «Гонконгский грипп» (вирус гриппа H3N2), от которого погибло более 34 тысяч человек старше 65 летнего возраста.
- Возникшая пандемия «птичьего гриппа» по данным различных источников унесла жизни около 40 млн. человек. Большинство умерших – здоровые молодые люди в возрасте от 25 до 45 лет, что является чрезвычайно тревожным признаком.

- В апреле этого года все информагентства облетела новость об эпидемии нового смертельного вида H1N1. Поражающий свиней вирус, похож на человеческий, и его мутация может произойти достаточно быстро. Более того, свиньи нередко заражаются разными вирусами гриппа, после чего становятся своеобразными «лабораториями» по скрещиванию непохожих друг на друга штаммов.



# Профилактика гриппа

- 1) Вакцинация
- 2) Чаще мыть руки, особенно перед едой
- 3) Носить маску
- 4) Не трогать лицо руками
- 5) Промывать нос
- 6) Уборка помещений
- 7) Ограничить по максимуму места, где находится много людей
- 8) Здоровый образ жизни
  - достаточное и разнообразное питание
  - эмоциональный комфорт
  - общее укрепление организма (занятия спортом, гимнастикой, закаливание)





# Лечение гриппа

1. Постельный режим.
2. Ежедневные проветривания, по возможности влажная уборка помещения.
3. Достаточный водный режим. Давать пить по возможности больше жидкости, литра 2-3 в день обязательно.
4. Снижаем температуру. Температуру выше 38,5 °С снижаем в обязательном порядке, это уже не полезные, а вредные для организма цифры. Снижаем парацетамолом или ибупрофеном (ибуфеном).  
НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ аспирином!!! Аспирин повышает проницаемость сосудистой стенки и может приводить, при его употреблении, к осложнениям гриппа, тому же отеку легкого. Особо опасно применение аспирина для снижения температуры у детей – может приводить к тяжелым осложнениям, например, синдрому Рейно.
5. Питание. Лёгкая пища (каша, бульон)
6. Отхаркивающие препараты.