Что такое грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)?

Запомни!

-Грипп, коронавирусная инфекция и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) находятся на первом месте по числу ежегодно заболевающих людей

-Ежегодно от осложнений гриппа погибают тысячи человек.

-Это связано с тем, что вирусы, прежде всего вирусы гриппа и коронавирусы обладают способностью менять свою структуру и мутировавший вирус, способен поражать человека вновь.

Для кого наиболее опасна встреча с вирусом?

Особо тяжело переносят инфекцию дети и пожилые люди, для этих возрастных групп очень опасны осложнения, которые могут развиться во время заболевания. Дети болеют более тяжело в связи с тем, что их иммунная система еще не встречалась с данным вирусом, а для пожилых людей, также, как и для людей с хроническими заболеваниями, вирус опасен по причине ослабленной иммунной системы.

Группы риска

-Дети

-Люди старше 60 лет

-Люди с хроническими заболеваниями легких (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких)

-Люди с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (врожденные пороки сердца, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность)

-Медицинские работники

-Работники общественного транспорта, предприятий общественного питания

Каким образом происходит заражение?

-Инфекция передается от больного человека здоровому через мельчайшие капельки слюны или слизи, которые выделяются во время чихания, кашля разговора. Возможна и контактная передача.

Симптомы

-В зависимости от конкретного вида возбудителя симптомы могут значительно различаться, как по степени выраженности, так и по вариантам сочетания.

-Повышение температуры

-Озноб, общее недомогание, слабость головная боль, боли в мышцах

-Снижение аппетита, возможны тошнота и рвота

-Конъюнктивит (возможно)

-В среднем, болезнь длится около 5 дней. Если температура держится дольше, возможно, возникли осложнения.

Осложнения

-Пневмония

-Энцефалит, менингит

-Осложнения беременности, развитие патологии плода

-Обострение хронических заболеваний

-Лечение заболевания проводится под контролем врача, который только после осмотра пациента назначает схему лечения и дает другие рекомендации.

-Заболевший должен соблюдать постельный режим, полноценно питаться и пить больше жидкости.

Профилактика

-Самым эффективным способом профилактики гриппа является ежегодная вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно. Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации октябрь-ноябрь. Вакцинация детей против гриппа возможна, начиная с 6-месячного возраста.

-Вакцины против большинства возбудителей острых респираторных вирусных инфекций не разработаны.

Универсальные меры профилактики

-Часто и тщательно мойте руки
-Избегайте контактов с кашляющими людьми
-Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность)
-Пейте больше жидкости
-Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь
-Реже бывайте в людных местах
-Используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах
-Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах
Не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками

Берегите себя и своих близких- ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА!