

Профілактика грипу та інших гострих респіраторних вірусних інфекцій!



Група гострих респіраторних вірусних інфекцій (ГРВІ) характеризується великою подібністю проявів між собою і характеризується враженням верхніх відділів дихальної системи людини.

Щороку в Україні різноманітність типів грипу змінюється. Як і передбачалося, пік захворюваності припадає на грудень-січень місяці. Кількість випадків захворювання на ГРВІ зростає, особливо серед дітей, які відвідують навчальні заклади. Передусім, це звичайне

явище для цієї пори року для колективів.

Стосовно грипу, то більшість населення ігнорує профілактичні щеплення, які потрібно зробити у жовтні-листопаді, напередодні початку епідемії. Вакцинація проти грипу захищає людину та зменшує кількість ускладнень в декілька разів. В разі вакцинації потрібна консультація лікаря, особливо дітям з обтяжливим анамнезом.

Серед гострих респіраторних вірусних інфекцій найбільше значення має парагрип, аденовірусна, респіраторно-синцітальна та риновірусна інфекції, які вражають в епідсезон до 70% населення, та можуть призводити до значних матеріальних збитків і втрати здоров'я.

Грип – це гостре інфекційне захворювання, яке передається повітряно-крапельним шляхом від хворої людини до здорової при кашлі, чханні, через слину. Вірус попадає на слизові оболонки верхніх дихальних шляхів людини. Інкубаційний період складає 24-48 годин, а при ГРВІ – дещо більше. З'являється головний біль, озноб, біль та першіння в горлі, сухий кашель, нежить, лихоманка. По тяжкості інфекція буває частіше середньої важкості, коли температура тіла складає 38,5 - 39°C, до якої потрібно ставитись дуже уважно, особливо у дітей, але не у всіх випадках вона потребує зниження. В подальшому стан хворого погіршується, наростають явища інтоксикації, сухого кашлю, нежитю, головного болю.

Інші гострі респіраторні вірусні захворювання також мають подібні клінічні ознаки, можуть протікати легше, з кашлем, лихоманкою, закладеністю носу, і частою появою ускладнень, особливо у маленьких дітей та хронічно хворих. Частіше серед ускладнень бувають бронхіти, пневмонії, отити, гайморити, загострення інших хронічних хвороб.

Профілактика грипу та інших ГРВІ – це здоровий спосіб життя, застосування народних засобів (вживання часнику, цибулі, меду, рослинних вітамінів), в епідсезон грипу необхідно менше знаходитися в людних місцях, застосовувати оксолінову мазь, аскорбінову кислоту, противірусні препарати.

При появі перших ознак захворювання необхідно дотримуватись постільного режиму, проводити провітрювання приміщення, вологе прибирання, вживання достатньої кількості рідини (морс, чай, фруктові соки, молоко з медом, мінеральна вода). З 3-4 доби необхідно збільшити секрецію слизу бронхіальних залоз шляхом застосування бронхолітичних засобів: амброксол, лазолван, пектолван та ін. Особам з хронічними захворюваннями легень, серцево-судинної системи, цукрового діабету в разі необхідності треба звернутися до лікаря для вирішення питання профілактики ускладнень.