

## Грипп

Ежегодно в зимний период отмечается сезонный подъем заболеваемости ОРВИ и гриппа.

Грипп — острое вирусное инфекционное заболевание дыхательных путей.

В эпидсезон 2016-2017г. прогнозируется циркуляция вируса гриппа типа А (H3N2), так называемый «гонконгский» грипп.

Источником инфекции является больной человек, путь передачи - воздушно-капельный. Максимальная заразность наблюдается в первые дни болезни, когда при кашле и чихании с капельками слизи вирус выделяется во внешнюю среду.

Грипп отличается своим внезапным началом, с возникновения следующих симптомов: высокая температура тела, кашель, озноб, насморк, боль и першение в горле, ломота в мышцах, выраженная общая слабость, головная боль, боль при движении глаз. Реже заболевание может сопровождаться болью в животе, рвотой, жидким стулом. Важно отметить, что не всегда повышается температура тела и возникает кашель!

В основном заболевание протекает в лёгкой форме: симптомы не выражены, а выздоровление наступает в течении нескольких дней. Однако у людей из групп риска (дети до 2 лет, люди старше 65, беременные женщины, пациенты, имеющие хронические заболевания), грипп может протекать в среднетяжелой и тяжелой форме и привести к осложнениям (пневмония, бронхит, синусит, менингит) и даже летальному исходу!

Специфическим способом профилактики является вакцинация! Она проводится ежегодно перед началом эпидемического сезона в осенне-зимний период. Именно благодаря вакцинации эпидемии гриппа в Республике Беларусь не было в прошлом году. Помимо вакцинации существует и другая профилактика гриппа – неспецифическая: отказ от посещения людных мест или ношение ватно-марлевой повязки (маску стоит сменить через 4 часа), регулярное проветривание помещений, соблюдение правил личной гигиены (частое мытье рук, очистка и увлажнение слизистой носа). В период эпидсезона важно полноценное питание, употребление пищи богатой витамином С, теплая одежда, полноценный отдых и отказ от вредных привычек.

Если же у Вас возникли симптомы заболевания, не занимайтесь самолечением, не подвергайте опасности свое здоровье и жизнь окружающих людей, обратитесь к участковому врачу поликлиники или врачу-инфекционисту!

Будьте здоровы!

Врач-инфекционист Елена Засимович