ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ВИРУСЕ ГРИППА?

Грипп - острая респираторная инфекция, передающаяся воздушно-капельным путём, вызываемая различными типами вируса гриппа.

Структура заболеваемости

Среди заболевших гриппом в основном дети 7-14 лет и взрослые. В основном — это вирусы гриппа типа В и вирусы гриппа субтипа А(H1N1)09).

Возбудитель

Возбудитель инфекции - вирус гриппа типов А, В и С (Influenza virus A, B, C).

Чаще всего грипп у людей вызывают вирусы типа А (обладают наибольшей изменчивостью) и вирусы типа В.

Ежегодно появляются новые варианты вирусов гриппа (вирус мутирует) .

При комнатной температуре (+22°С) в помещении, вирус гриппа сохраняется в течение нескольких часов, на полотенцах, носовых платках и других тканях - до 11 дней.

Источник инфекции

Заболевший гриппом человек.

Пути передачи

Воздушно-капельный путь передачи - основной. Роль воздушно-пылевого и бытовых путей доказана, но в передаче гриппа существенной роли они не играют.

Группы риска

- люди в возрасте 65 лет и старше;
- дети в возрасте до 2 лет;
- беременные женщины и женщины в течение двух недель после родов;
- больные хроническими заболеваниями (хронические заболевания органов дыхания, в том числе бронхиальная астма, хронические заболевания сердца, почек, печени или неврологические заболевания, сахарный диабет, гемоглобинопатии, иммуносупрессии, ожирение).

Инкубационный период

С момента инфицирования до появления симптомов заболевания проходит от нескольких часов до 4 дней, в среднем 2-3 суток.

Период заразности

Заболевший гриппом, как и другими ОРВИ наиболее заразен в первые 5-7 дней болезни. Самое активное выделение вируса в первые 2-3 дня. Дети младшего возраста могут быть источниками инфекции до 10 дней.

Клиника

Заболевание начинается с резкого подъема температуры, ломоты в теле, головной боли, упадка сил. Далее присоединяются кашель, боли в горле и другие симптомы острых респираторных инфекций.

Течение гриппа может быть как легким, так и крайне тяжелым (особенно это касается людей из групп риска). Тяжёлое течение инфекции может осложниться летальным исходом.

Чем опасно заболевание

В большинстве случаев грипп заканчивается выздоровлением, но иногда могут присоединиться пневмония, бронхит, отит, синусит. Также могут возникнуть осложнения со стороны сердечно-сосудистой , нервной (энцефалит, менингит и др.) систем.

Диагностика

Мазки из полости носа и ротоглотки.

Лечение

Для того чтобы избежать осложнений необходимо своевременно обратиться за медицинской помощью.

Госпитализации подлежат заболевшие тяжелыми формами гриппа, заболевшие с осложнённым течением, а также новорожденные.

Профилактика

Риск инфицирования, а также распространения вируса гриппа можно предупредить с помощью вакцинации, которая проводится в предэпидемический период (с сентября по ноябрь). Вакцинация проводится раз в год.

Ежегодный состав вакцины изменяется.

Схема вакцинации

Вакцинация против гриппа рекомендуется всем группам населения, особенно:

- детям с 6 месяцев;
- учащимся 1 - 11 классов; обучающимся в профессиональных образовательных организациях;
- взрослым, работающим по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы);
- беременным женщинам (независимо от триместра беременности);
- взрослым старше 60 лет;
- лицам, подлежащим призыву на военную службу, военнослужащим;
- лицам с хроническими заболеваниями легких, органов сердечно – сосудистой системы, с метаболическими нарушениями и ожирением.

Если ребёнку в возрасте до 9 лет вакцинация против гриппа проводится впервые, она проводится дважды с интервалом в 4 недели.

Противопоказания к вакцинации

Вакцинация против гриппа не проводится при острых лихорадочных состояниях (только после нормализации температуры), во время обострений хронических заболеваний, тем, у кого повышенная чувствительность организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины). Также вакцинация не проводится тем, у кого была сильная реакция на предыдущее введение вакцины против гриппа.

Неспецифическая профилактика

Неспецифическая профилактика гриппа заключается в избегании контактов с заболевшими гриппом, а также в соблюдении правил личной гигиены (мытьё рук, соблюдение правил здорового образа жизни, обильное питьё, проветривание помещений, влажная уборка, избегание объятий, поцелуев при встрече, касаний грязными руками лица). Если появились симптомы ОРВИ - оставаться дома и обратиться за помощью к врачу. Для того, чтобы не заразить окружающих, рекомендовано воспользоваться медицинской маской.

ВАКЦИНА ОТ ГРИППА. ПОЧЕМУ КАЖДЫЙ ГОД НОВАЯ?

Почему вакцина от кори не меняется годами, а против гриппа - каждый год новая? Об этом в нашей статье.

Дело в том, что вирус гриппа постоянно мутирует, поэтому невозможно, один раз сделав прививку, получить длительный иммунитет.

Ученые всего мира искали решение и смогли его найти - масштабное, трудоемкое, но очень эффективное.

Страны, входящие во Всемирную организацию здравоохранения (ВОЗ), создали Глобальную систему эпиднадзора за гриппом и ответных мер (ГСЭГО). На сегодняшний день ГСЭГО объединяет учреждения в 123 государствах.

В каждой из этих 123 стран существуют официально признанные ВОЗ Национальные центры по гриппу, один или несколько, которые заняты сбором информации по гриппу в своей стране или ее части.

Надзор за гриппом в России осуществляется в рамках Федерального центра по гриппу и ОРЗ и Национального центра по гриппу ВОЗ, работающих на базе ФГБУ «НИИ гриппа им. А.А. Смородинцева» Минздрава России. Национальные центры собирают образцы вируса в своей стране и проводят предварительный анализ. Методы исследования стандартизованы для всей сети ВОЗ, таким образом данные по всему миру получаются единообразными, что позволяет их сравнивать.

Из Национальных центров репрезентативные клинические образцы и изолированные вирусы отправляются в Центры сотрудничества и головные контрольные лаборатории ВОЗ для проведения расширенного антигенного и генетического анализа.

Центр сотрудничества ВОЗ в России - ФБУН «Государственный научный центр вирусологии и биотехнологии «ВЕКТОР» Роспотребнадзора.
На основании собранных данных проводят анализ ситуации за прошедший сезон и определяют, какой вирус встречался наиболее часто или в начале сезона был представлен незначительно, а к концу был наиболее распространен. При помощи антигенного и генетического анализа, а также математического моделирования происходит прогнозирование ситуации: какие штаммы гриппа будут циркулировать в ожидаемом сезоне. Они и берутся за основу производителями вакцин от гриппа.

Таким образом каждый год на страже нашего здоровья стоит актуальная вакцина от гриппа, способная защитить нас в грядущем эпидсезоне.

ГРИПП. САМОЛЕЧЕНИЕ

На что опираются большинство людей, занимающихся самолечением?

Большинство заболевших, не обращаясь к врачу, принимают лекарства основываясь на собственном опыте, советах знакомых, доверяя рекламе, фармацевту или лечатся теми препаратами, которые есть в аптечке «от живота», «от простуды», «от нервов».

Вы уверены, что у вас просто простуда?

Провести дифференциальную диагностику гриппа, других вирусных инфекций и неинфекционных заболеваний, определить тяжесть течения болезни и необходимый объём медицинской помощи может только врач. Есть множество болезней, клиническая картина которых схожа, но лечение требуется абсолютно разное.

Самолечение не всегда эффективно, и всегда опасно

Назначая себе лечение, вы не учитываете ряд нюансов. Дозировка препарата подбирается индивидуально, врачу необходимо знать возраст пациента, вес, сопутствующие заболевания. Принимать лекарство надо в правильной дозировке через определенные интервалы времени, чтобы избежать в передозировки и побочных эффектов. До начала лечения, часто нужно провести анализ крови, мочи или другие исследования.

Самостоятельный приём лекарственных препаратов, БАД или трав может привести к аллергической реакции вплоть до отёка Квинке или анафилактического шока.

Пример: отравление парацетамолом

Это, казалось бы, безобидное лекарство, есть у каждого в домашней аптечке. Помогает от боли, снижает температуру. Что не так? Выпив пакетик «от простуды», добавив таблетку парацетамола от температуры, вы посчитали общую дозировку выпитого препарата? В большинстве случаев пакетики «от простуды» уже содержат полноценную дозировку парацетамола.

Парацетамол в чистом виде или в составе препаратов от простуды - при превышении дозировки токсичен. Увеличение дозировки или длительный прием этого препарата может привести к токсическому поражению печени.

При неснижаемой температуре только врач даст рекомендации какие препараты, в какой дозировке принимать и с какими препаратами чередовать.

Внимательно читайте этикетку и инструкцию к препарату.

Грипп не лечится антибиотиками

При первых симптомах гриппа и любой вирусной инфекции антибиотики не назначаются. Антибиотики- антибактериальные препараты (эффективны против бактерий), а возбудитель гриппа- вирус. Антибиотики на вирусы не действуют, и назначаются только при бактериальных осложнениях, например при развитии пневмонии. Необоснованный приём антибиотиков может привести к развитию устойчивости микроорганизмов к препарату. Ведь антибиотики различаются по антимикробному действию, и препарат эффективный против одной бактериальной инфекции, может быть бесполезным против другой.

Растирания (обтирания) опасны для детей

У ребёнка жар, температура не падает или снижается очень медленно? Многие родители уверены, что можно его растирать водкой, одеколоном, уксусом. Так нельзя, этот способ снижения температуры может привести к химическому ожогу тонкой и нежной кожи ребенка.

Ещё один минус самолечения - запоздалая диагностика

Лечиться самостоятельно, а к врачу обратиться только если стало совсем плохо -

плохая практика. При таком подходе велика вероятность более тяжёлого, длительного лечения и восстановления после болезни. А грипп опасен именно своими осложнениями.

Грипп – серьёзная инфекция, опасность которой - осложнения

Осложнения гриппа могут развиться даже у здорового человека, но особенно вероятны у людей из групп риска. Присоединение вторичной инфекции, например развитие пневмонии, отита, синусита требует немедленного назначения дополнительного лечения и врачебного контроля, что невозможно сделать самостоятельно.

Грипп можно лечить дома

Грипп, как и другие ОРВИ в большинстве случаев лечится в домашних условиях. Особое внимание уделяется младенцам, беременным женщинам, людям с хроническими заболеваниями, онкологическим больным, пожилым людям. Они чаще подвержены осложнениям и нуждаются в госпитализации. Если вы входите в группу риска - не начинайте лечение без согласования с лечащим врачом.

Если вы чувствуете симптомы вирусной инфекции, держится температура, с которой сложно справиться - обратитесь к врачу, не экспериментируйте с самостоятельным лечением.