

Грипп

Ежегодная вакцинация против гриппа — самый эффективный способ защиты от этого заболевания.

Случаи заболевания регистрируются круглый год. Подъем заболеваемости: осень-зима.

Грипп — острая вирусная инфекция (ОРВИ), которая передается воздушно-капельным путем, с острым началом, лихорадкой 38 °C и выше, общей интоксикацией и поражением дыхательных путей и опасен осложнениями, риском летального исхода. **Ежегодная вакцинация против гриппа — самый эффективный способ защиты от этого заболевания.**

Случаи заболевания регистрируются круглый год. Подъем заболеваемости: осень-зима.

И даже если у одного заболевшего может быть всего несколько дней плохого самочувствия, передача гриппа младенцам, пожилым людям и людям с ослабленной иммунной системой может привести к их заболеванию с тяжелым течением и даже к смерти.

Вакцинация остается наилучшим методом профилактики гриппа и снижения риска серьезных осложнений (даже если инфицирование случится).

Поскольку сезон гриппа совпадает с эпидемией новой коронавирусной инфекции, в этом году особенно важно быть привитым против гриппа, и чем раньше будет проведена вакцинация, тем лучше. Сочетанное течение двух инфекций может иметь худший прогноз.

Пациенты с гриппом во время обращения за медицинской помощью могут заразиться COVID-19 и наоборот. Защитившись от гриппа этого можно избежать.

Вакцинация против гриппа рекомендована всем людям, начиная с 6 месяцев жизни (при отсутствии противопоказаний).

В 2024 году особенно важно, чтобы как можно больше людей были привиты против гриппа. Благодаря коллективному иммунитету, мы защитим детей до 6 месяцев, а также тех, кто не может быть привит по медицинским показаниям. Кроме того, прививку против гриппа можно делать одновременно с прививкой против новой коронавирусной инфекции.

А если я сделаю прививку от гриппа и все равно заражусь?

Если вы сделаете прививку от гриппа, а затем заболеете гриппом, заболевание будет протекать в легкой форме. Это снизит вероятность госпитализации.

Сентябрь и октябрь — лучшее время для вакцинации, чтобы успеть выработать иммунитет, который защитит на протяжении всего сезона гриппа. Если говорить о поздней вакцинации, то лучше сделать прививку позже, чем вообще не делать.

Для достижения полного иммунитета требуется две недели после прививки от гриппа. В течение этого времени ограничьте контакты и исключите контактирование с теми, у кого есть симптомы гриппа и других вирусных заболеваний.

Позаботьтесь о вакцинации против гриппа в начале сезона. Сейчас самое время задуматься о том, когда, как и где вы сделаете прививку от гриппа.

ОРВИ (острые респираторные вирусные инфекции) – обширная группа острых инфекционных заболеваний, которые вызывают вирусы, поражающие слизистую оболочку верхних дыхательных путей.

Возбудителями заболеваний респираторного тракта являются вирусы. ОРВИ помимо вируса гриппа могут вызывать представители парамиксовирусов, коронавирусов, риновирусов, аденовирусов, парвовирусов, вирусов парагриппа и др. Возбудители также могут передаваться с водой и через инфицированные предметы личного пользования (посуда и др.).

ОРВИ – самая частая инфекция человека, особенно в детском и пожилом возрасте. Например, дети в возрасте до 5 лет переносят, в среднем, 6-8 эпизодов ОРВИ в год.

Инкубационный период (с момента попадания вируса в организм до появления симптомов), длящийся от 3 до 7 дней, в течение нескольких часов сменяется резким ухудшением состояния здоровья.

Для гриппа характерен внезапный подъем температуры до 39-40°C, сильный озноб, мышечные и головные боли. С самого начала заболевания могут возникнуть боли в горле и сухой кашель. Высокая температура может держаться 3-4 суток и сопровождаться бредом, сильными головными болями, бессонницей, невралгией.

Аденовирусная инфекция протекает не так тяжело, как грипп. Заболевание начинается постепенно, с недомогания и небольшого подъема температуры. Постепенно вирус поражает дыхательные пути от носоглотки до бронхов. В патологический процесс вовлекаются слизистые оболочки глаз (с развитием конъюнктивита) и желудочно-кишечного тракта.

Риновирусная инфекция проявляется поражением слизистой оболочки носа и носоглотки, что сопровождается заложенностью носа и обильными слизистыми выделениями.

Коронавирусной инфекции также сопутствуют выраженный ринит, умеренное повышение температуры, кашель и чихание.

Вакцины против всех вирусов группы ОРВИ не существует. Для профилактики ОРВИ важно соблюдать следующие рекомендации:

- ведите здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность);
- откажитесь от вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем);
- регулярно употребляйте продукты, содержащие большое количество витаминов и минералов (фрукты, овощи, лук, чеснок, клюква и т.д.), способствующих укреплению защитных сил организма;
- одевайтесь по погоде, избегайте переохлаждения и перегревания;
- избегайте контактов с лицами, имеющими признаки заболевания;
- сократите время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте;

- регулярно и тщательно мойте руки с мылом, обрабатывайте их кожным антисептиком;
- осуществляйте влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении;
- при первых признаках заболевания вызовите врача на дом.