

ОСТОРОЖНО! ГРИПП!

ОСТОРОЖНО! ГРИПП!



Грипп - острая тяжелая вирусная инфекция, которая поражает людей независимо от пола или возраста, отличается выраженным токсикозом, катаральными явлениями в виде ринита, заложенности носа и кашля с поражением бронхов.

Вирус гриппа передается при чихании, кашле, разговоре, через предметы обихода (носовой платок, полотенце и др.)

Симптомы:

1. Высокая температура;
2. Интоксикация (обильное потоотделение, слабость, суставные и мышечные боли, головная боль).
3. Болезненный кашель, боли за грудиной, насморк, гиперемия, сухость слизистой оболочки полости носа и глотки).



ПРОФИЛАКТИКА:

Мировой и отечественный опыт борьбы с гриппом показывает, что именно вакцинопрофилактика является наиболее доступным средством индивидуальной и массовой защиты от этого тяжелого заболевания.

Вакцинация 70-80% членов любого коллектива сводит заболеваемость гриппом в этом коллективе к единичным случаям или исключает ее.

В период подъема заболеваемости гриппом, необходимо выполнять следующие правила:

- тщательно мойте руки с мылом или протирайте дезинфицирующими средствами, пользуйтесь одноразовыми полотенцами;
- реже прикасайтесь к глазам и носу;
- избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми;
- придерживайтесь здорового образа жизни: полноценный сон, здоровая пища, физическая активность;
- принимайте большое количество жидкости;
- откажитесь от посещения массовых мероприятий, театров, клубов и пр.;
- побольше гуляйте на свежем воздухе;
- используйте для защиты органов дыхания одноразовые маски.



Общие сведения о разновидностях вируса гриппа

Вирус гриппа относится к семейству Orthomyxoviridae, которое включает также Influenza A, B, C. Принадлежность вируса к одному из них определяют по антигенным свойствам белков вириона. Более подробное деление различных видов вирусов осуществляется в соответствии с подтипом, имеющихся на поверхности вируса белков – гемагглютина (HA) и нейраминидазы (NA). В настоящий момент известно 16 подтипов HA и 9 подтипов NA.

Нить РНК, которая входит в состав вируса, окружается белком и упаковывается в мембрану, состоящую из липопротеидов. Вирионы имеют способность агглютинировать эритроциты и внедряться в них при помощи вирусспецифических ферментов.

Грипп А H3N2 является вирусом подтипа гриппа А.

Название разновидности вируса основано на названиях рекомбинации генов.

Вирус гриппа обладает сферической формой, имеющей диаметр 80-120 нм. В центре вирусной частицы располагается восемь фрагментов РНК. Каждый из имеющихся фрагментов РНК заключен в отдельную капсулу из липопротеидов, поверхность которой имеет шипы. Антитела, продуцируемые организмом в ответ на гемагглютинин (H) и нейраминидазу (N), являются основой иммунитета организма против определенной разновидности вируса.

Вирусные частицы обладают необычным свойством, являющимся нехарактерным для вирусных частиц, – фрагментарностью генетического материала и высокой изменчивостью белков. Белки, входящие в состав вирусных частиц, способны резко изменять свои свойства. Такое явление носит название антигенного сдвига. Оно приводит к появлению разновидностей вирусных частиц, вызывающих пандемию.

У новой формы вирусной частицы происходит медленное изменение свойств, носящее название антигенного дрейфа. Это явление способствует продлению возникающей эпидемии.

Восприимчивыми к вирусу гриппа являются все возрастные группы населения. Источником инфицирования в обществе становится больной человек с явно выраженной формой болезни.

Симптомы вируса гриппа H3N2

Чаще всего клиническая картина недуга проявляется спустя 12-48 часов после момента заражения. Этот штамм вируса характеризуется очень быстрым процессом размножения вирусных частиц в организме в эпителиальных клетках дыхательных путей. Болезнь развивается очень быстро, буквально в течение нескольких дней.

Наиболее яркие симптомы, проявляющиеся при развитии гриппа H3N2 в организме, следующие:

- развитие озноба;
- возникновение сильных головных болей;
- возникновение в организме больного сильной общей слабости;
- появление слезотечения;
- развитие мышечных болей;
- появление ломоты в суставах;
- повышение продуцирования пота;
- отсутствие или резкое снижение аппетита;
- появление сухости в полости носа и глотки;
- появление чувства першения в горле;
- появления сухого кашля;
- болевые ощущения в области груди;
- развитие светобоязни.

Иногда в процессе развития заболевания возникает насморк. Помимо характерных симптомов гриппа в организме при присоединении к гриппозной инфекции простудного заболевания развиваются симптомы простуды.

Проведение лечения при заражении гриппом

Первая вакцинация против гриппа была проведена в начале сороковых годов прошлого века. Практически до последнего периода лечение гриппозной инфекции осуществлялось путем купирования возникающих симптомов. Лечение проводится посредством приема жаропонижающих, отхаркивающих и противокашлевых препаратов. Помимо этого, для усиления иммунной системы используется прием витаминов.

При проведении лечебных процедур больным рекомендуется полный покой, а в процессе лечения требуется употребление большого количества жидкости. В период болезни следует отказаться от табакокурения и употребления спиртных напитков. При развитии не осложненного простудой гриппа его не лечат при помощи применения антибиотиков.

Используемые при лечении противовирусные препараты действуют на определенную фазу развития вирусного инфицирования организма. Для действенного воздействия начинать лечение

требуется еще до наступления первых клинических симптомов развития инфекции в организме человека. Поздний прием противовирусных препаратов является практически бездейственным и не эффективным.

Для лечения гриппозного состояния в настоящий момент разработано два типа медикаментозных средств, являющихся ингибиторами нейраминидазы и ингибиторами М2. Отдельная группа препаратов – средства на основе интерферона, которые обладают противовирусным, противовоспалительным действием. Помимо этого, эти лекарства проявляют иммуномодулирующую активность.

Препараты, обладающие ингибиторными свойствами

Препаратами, которые доказали свою действенность при лечении заражения гриппом, являются озельтамивир (Тамифлю) и занамивир (Реленза). Эти средства, ингибирующие нейраминидазу, являются эффективными против большинства штаммов гриппа, включая птичий и свиной. Они способствуют подавлению распространения вируса в человеческом организме, снижая при этом тяжесть возникающих симптомов с одновременным сокращением длительности течения недуга и частоты возникновения вторичных осложнений.

Применение этих препаратов, в зависимости от индивидуальных особенностей организма, способно спровоцировать возникновение в организме побочных эффектов, таких как возникновение рвоты, диареи. Иногда возможно развитие психических нарушений, галлюцинаций и психозов.

Ингибиторами М2 являются препараты амантадин и ремантадин, которые осуществляют блокирование протонных насосов, что ведет к предотвращению попадания вируса в клетку.

Индукторы интерферонов

Препараты индукторы интерферонов обладают противовирусным действием, корректируя иммунный статус организма. Они вызывают в макрофагах, лейкоцитах, эпителиальных клетках, клетках печени, селезенки, мозга и легких синтез собственных α - и β -интерферонов. Индукторы интерферонов слабоаллергенны, при приеме длительно стимулируют выработку организмом собственных интерферонов, хорошо сочетаются с антибиотиками, противовирусными препаратами, иммуномодуляторами и другими препаратами.

Ингавирин обладает тройным эффектом — противовирусным, противовоспалительным и иммуномодулирующим. Препарат подавляет воспроизводство вирусов гриппа типа А и В, активен в отношении вирусов «свиного гриппа». Под воздействием Ингавирина в крови больного повышается выработка интерферонов и НК-Т-клеток, уничтожающих вирусы, подавляется продукция противовоспалительных цитокинов.

Эргоферон оказывает противовирусное и противовоспалительное действие, обладает антигистаминным эффектом. Препарат рекомендован для лечения ОРВИ, в том числе гриппа у пациентов разного возраста, в том числе страдающих хроническими заболеваниями с отягощенным аллергоанамнезом.

Длительность гриппа

Назвать абсолютно точное количество дней, на протяжении которых продолжается болезнь или хотя бы активная ее фаза, почти невозможно. Это число зависит от многих факторов: от вида болезни и вируса, от ее сложности и даже от вашего иммунитета и наличия в организме каких-либо хронических заболеваний.

При осложнениях продолжительность болезни возрастает. Однако можно предположить, сколько будет длиться грипп без осложнений у взрослого человека.

Чаще всего болезнь забирает у вас из повседневной жизни от 5 до 10 дней. При этом от 2 до 4 дней вы будете страдать высокой температурой и общим недомоганием, после этого же, если, конечно, лечение поступило вовремя, симптомы постепенно ослабевают, а то и вовсе исчезают.

Если же после того, как температура снизилась до нормальной отметки, симптомы вернулись вновь – знайте, что в вашем организме протекает еще одна инфекция или банальная простуда, приглашенная ослабленным иммунитетом.

Но по истечении этого срока вы вряд ли будете чувствовать себя хорошо. После выздоровления вполне может наступить постинфекционная астения. Она обычно проявляется в быстрой утомляемости, раздражительности, головных болях. Такой период может длиться около 2 недель. Поэтому выписываться и выходить на работу стоит только тогда, когда вы ощутите себя полностью здоровым и энергичным человеком.

На болезнь очень сильно влияет соблюдение всех рекомендаций врача. Сюда относится полный постельный режим, прием всех предписанных таблеток.

Ни в коем случае нельзя переносить болезнь на ногах и перегружать свой организм. Если вы занимаетесь спортом, забудьте о тренировках до тех пор, пока полностью не выздоровеете.

В плане заразности грипп очень коварен. Вы можете инфицировать окружающих даже до появления первых признаков болезни.

Вирус, сидящий в вашем организме, опасен для ваших близких в активную фазу болезни первые 5-7 дней. Но при тяжелой или детской форме продолжительность может значительно возрасти.

Профилактика возникновения заражения гриппом

Наиболее традиционным и одним из наиболее распространенных методов противодействия является осуществление вакцинирования. Прививка не защищает на 100% от гриппа, но сводит к минимуму и вероятность заболевания, и возможность осложнений. Кроме этого, прививка облегчает течение заболевания. Эффективность иммунизации от гриппа зависит нескольких факторов - от качества вакцины, от особенностей организма каждого человека и от эпидемиологической обстановки в месте проживания. Тот факт, что даже привитый человек может заболеть гриппом, объясняется тем, что вакцинация проводится от одного вируса гриппа, а человек болеет другим типом вируса.

Используемые вакцины от гриппа способны предоставлять защиту от подтвержденного вирусологическими методами штамма гриппа. Как правило, применяемые вакцины содержат в своем составе антигены трех штаммов вируса. Вакцинация считается желательной в группах риска, к которым относятся дети, лица работающие в коллективе, люди в преклонном возрасте и больные с наличием хронических недугов сердца и легких. Помимо этого, вакцинация рекомендуется для врачей.

Так как вирусы гриппа постоянно меняются, рекомендуется проходить вакцинацию ежегодно. После вакцинации защита от гриппа развивается в течение двух недель после введения и действует около года - поэтому делать прививку имеет смысл осенью до наступления холодов. При этом вакцинацию против гриппа можно проводить одновременно с вакцинацией против других заболеваний.

Для предупреждения распространения инфицирования посторонних в помещении, где находится больной, проводится регулярная влажная уборка с применением дезинфицирующих средств. Обязателен масочный режим.

ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА

Вам поможет только

ПРИВИВКА

■ ГРИПП - МАССОВАЯ И ГРОЗНАЯ ИНФЕКЦИЯ, НЕ ЩАДЯЩАЯ НИ ВЗРОСЛЫХ, НИ ДЕТЕЙ.

■ ГРИПП КОВАРЕН. НЕСМОТРИ НА УСПЕХИ МЕДИЦИНЫ И УСИЛИЯ ВРАЧЕЙ, ОТ ГРИППА И ЕГО ОСЛОЖНЕНИЙ ЕЖЕГОДНО В МИРЕ ПОГИБАЮТ ЛЮДИ.



Особенно опасна эта инфекция для детей, пожилых людей и тех, кто страдает хроническими заболеваниями (болезнями сердца и сосудов, бронхиальной астмой, сахарным диабетом и др.), у которых грипп протекает тяжелее и имеется больший риск развития осложнений.

Организм здорового человека после перенесенного гриппа средней тяжести тратит столько сил, что это стоит ему один год жизни. Знайте, что 99% процентов умерших от гриппа и его последствий были не привиты.

Затраты бюджетных средств на лечение больных в стационарах и на выплату по листкам нетрудоспособности, связанные с заболеваемостью гриппом и острыми респираторными инфекциями, в прошедшем эпидсезоне 2013 года составили в Брестской области более 337 миллиардов рублей, из них на лечение в стационарах - более 120 миллиардов, на выплату по листкам нетрудоспособности - более 217 миллиардов рублей.

СОВРЕМЕННЫЕ ГРИППОЗНЫЕ ВАКЦИНЫ
ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫ
И БЕЗОПАСНЫ



■ ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА ОБЕСПЕЧИВАЕТ НАДЕЖНУЮ ЗАЩИТУ ОТ ВИРУСОВ ГРИППА, АКТУАЛЬНЫХ ДЛЯ ПРЕДСТОЯЩЕГО ЭПИДСЕЗОНА, А ТАКЖЕ СНИЖАЕТ ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ОСТРЫМИ РЕСПИРАТОРНЫМИ ИНФЕКЦИЯМИ.

■ МАССОВАЯ ИММУНОПРОФИЛАКТИКА СУЩЕСТВЕННО СНИЖАЕТ ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ГРИППОМ ПУТЕМ ФОРМИРОВАНИЯ КОЛЛЕКТИВНОГО ИММУНИТЕТА СРЕДИ НАСЕЛЕНИЯ.

НА ФОРМИРОВАНИЕ ИММУНИТЕТА ПРОТИВ ГРИППА УХОДИТ ОТ 2 ДО 4 НЕДЕЛЬ, ПОЭТОМУ ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ - ОКТЯБРЬ, НОЯБРЬ.

Внимание! Грипп и его последствия лучше предупредить, чем лечить. Сделанная вовремя прививка - залог Вашего здоровья и здоровья Ваших близких!

Привиться можно в поликлинике по месту жительства.

Почему надо ежегодно прививаться от гриппа?

Иммунитет, возникающий в результате вакцинации - не пожизненный. Он сохраняется в течение одного года и эффективен только против конкретного штамма вируса гриппа. Вот почему вакцинироваться необходимо каждый год, причем обязательно до начала эпидемии. Ведь защита организма от вируса гриппа достигает максимальной эффективности только через две недели с момента введения вакцины!

Из всех острых респираторных заболеваний грипп - самое серьезное. Правда, он может протекать как в тяжелой и среднетяжелой, так и в легкой и стертой форме. В последнем случае грипп

невозможно отличить от других острых респираторных заболеваний. Но особенность современного течения гриппа в том, что в последние годы отмечается увеличение числа среднетяжелых и тяжелых форм болезни.

Крайне редко бывают случаи, когда иммунного ответа недостаточно и вакцинированный человек может заболеть гриппом. Но в этих случаях он защищен от развития тяжелых осложнений.

Как подготовиться к вакцинации против гриппа?

Специальной подготовки к вакцинации против гриппа не требуется. Лучше, чтобы в течение 2 недель, предшествующих вакцинации, у Вас не было простудных заболеваний.

Противопоказания к вакцинации от гриппа:

- острое заболевание или обострение хронического заболевания в день вакцинации;
- аллергия на белок куриных яиц;
- тяжелые аллергические реакции на предшествовавшую прививку данным препаратом.

О наличии данных противопоказаний необходимо информировать врача. Простудные заболевания — неизменные спутники холодной и дождливой осени. И сегодня вполне своевременно вспомнить о том, чем опасен грипп и что необходимо сделать, чтобы не заболеть.