

Обычный сезонный грипп - это респираторная вирусная инфекция, знакомая нам с детства ОРВИ. Термин ОРВИ охватывает огромное количество заболеваний, сходных в одном: их вызывают вирусы, попадающие в организм через дыхательные пути.

Что вам грозит?

Два-три дня вирус незаметно размножается внутри. Начнется период острых клинических проявлений. Тяжесть страданий будет зависеть от возраста, общего здоровья организма, а также, разумеется, от того, болели ли вы раньше гриппом этого типа. Симптомы напрямую связаны с происходящим внутри. Во-первых, вирус отравляет организм продуктами своей жизнедеятельности, поэтому вы почувствуете слабость, боль в мышцах и суставах, головную боль. Во-вторых, борясь с захватчиком, организм поднимет собственную температуру, в наиболее тяжелых случаях до 39-40°C. В-третьих, поражение дыхательной системы вызовет боль в горле, кашель и насморк. Пока все не так страшно. Здоровому взрослому человеку с сильной иммунной системой ничего серьезного не грозит. Высокая температура может держаться до четырех дней, но через неделю организм избавиться от болезни.

Внимание - опасность!

Чем опасен грипп, так это осложнениями. Поражая дыхательные пути, вирус не только вызывает противный кашель, но и мешает им выполнять главную задачу - не пропускать в организм бактерии. Фактически он выписывает приглашения всем возможным бактериальным инфекциям. После этого может случиться все что угодно. Например, воспаление легких и бронхов, оболочек мозга, сердечной мышцы, поражение почек... список почти бесконечен. В особой опасности находятся люди со слабым иммунитетом (поэтому грипп тяжелее проходит у детей и пожилых людей), хроническими заболеваниями лёгких (например, астмой) и сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Слух: Можно заболеть от прививки.

Правда: Вакцина делается из убитого вируса, который не способен размножиться, а значит, не может вызывать болезнь. Однако вакцине требуется несколько недель, чтобы обеспечить вас достаточным запасом антител. Если вирус попал в организм в этот период, вы можете и заболеть. Но не валите это на прививку.

Что делать?

Здоровый организм в состоянии справиться с обычным сезонным вирусом своими силами. Всё, что можно сделать - облегчить ему работу, а себе - самочувствие. Для этого:

1. Пейте как можно больше жидкости. Это ускорит выведение токсинов из организма.
2. Принимайте жаропонижающие средства, такие как парацетамол.
3. При кашле или боли в горле пригодятся леденцы, желательно растительного происхождения.

4. Чтобы поддержать организм, принимайте витамины, хотя бы аскорбиновую кислоту.

5. И самое важное - обеспечьте организму покой и отдых. Переносить грипп на ногах не только неприятно, но и опасно. Любое напряжение может, как продлить, так и усилить болезнь. Неделя на больничном - необходимый минимум.

Уколам - да! Прививка - самый простой способ не заболеть гриппом. Ожесточённые споры вокруг противовирусной вакцинации среди населения связаны, возможно, с тем, что знания о вакцинации основаны на слухах. А может быть, некоторые просто боятся уколов?

Слух: Делать прививку после начала подъема заболеваний гриппом бесполезно.

Правда: Конечно, чем раньше обезопасить себя, тем лучше. Однако, если никто ещё не успел чихнуть на вас вирусом гриппа, прививка будет так же эффективна в любой момент, как если бы вы сделали её заранее.

В целях предупреждения тяжелых последствий заболевания гриппом, в преддверии сезонного подъема заболеваемости, в населенных пунктах нашего района началась иммунизация населения, в первую очередь лиц, относящихся к группам риска. Это дети дошкольного возраста, школьники, студенты, а также лица, старше 60 лет, медицинские работники, работники образовательных учреждений и сферы обслуживания. В

настоящее время в Новоалександровский район в рамках приоритетного национального проекта в сфере здравоохранения поставлена вакцина «Гриппол», предназначенная для иммунизации взрослого населения.

Иммунизация проводится бесплатно в районной поликлинике: 1 этаж 12 кабинет с 8 : 00 до 16 : 00 каждый день кроме выходных и в прививочных кабинетах ваших населенных пунктов.