

ВСЕ О ГРИППЕ

ПОЧЕМУ ГРИПП КАЖДЫЙ ГОД РАЗНЫЙ?

Одна из особенностей гриппа – вируса – это способность через 30-35 лет образовывать новый вид под воздействием экологии и бесконтрольного использования лекарств. Против новых видов у большинства населения иммунитет отсутствует.

КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ГРИППОМ?

Вирус гриппа очень легко передается. Наиболее распространенный путь передачи инфекции – воздушно-капельный. При этом вирусные частицы по воздуху переносятся от зараженного человека к здоровому во время кашля или чихания.

Также встречаются другие пути передачи – например, заражение через носовой платок или одежду. Во время кашля, чихания, разговора больной гриппом разбрызгивает мельчайшие частицы слюны, слизи и мокроты, которые содержат большое количество вирусов гриппа. На короткий промежуток времени вокруг больного образуется зараженная зона с радиусом 2-3 метра. Размножение вирусов протекает с исключительно высокой скоростью. При попадании в верхние дыха-



тельные пути одной вирусной частицы уже к концу первых суток человек заболевает.

КАКИЕ СИМПТОМЫ У ГРИППА?

- ✓ повышение температуры тела до 39⁰С
- ✓ обильное потоотделение
- ✓ слабость
- ✓ светобоязнь
- ✓ суставные и мышечные боли
- ✓ головная боль
- ✓ боль в горле
- ✓ сухой (в ряде случаев - влажный) болезненный кашель
- ✓ насморк

ЧЕМ ОПАСЕН ГРИПП?

Основная опасность гриппа – это риск развития постгриппозных осложнений:

- ✓ бактериальная пневмония
- ✓ ринит, синусит, бронхит, отит
- ✓ осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы
- ✓ мышечные боли
- ✓ обострения хронических заболеваний

ПРОФИЛАКТИКА

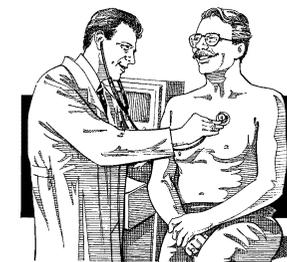
- ✓ **Вакцинопрофилактика**
- ✓ **Фитонциды**-лук, чеснок;
- ✓ **Витамины**;
- ✓ **Избегать контак-**

тов с больными гриппом;

- ✓ **Физическая активность**, закаливание;
- ✓ **Стимуляция иммунитета** лекарственными средствами – Ремантадин, Оксалиновая мазь, Интерферон;
- ✓ **Положительные эмоции.**



При первых симптомах болезни необходимо обратиться к врачу (лучше вызвать его на дом). Самолечением заниматься при гриппе нельзя!



Здоровье также заразительно, как болезнь!

Министерство здравоохранения Забайкальского края
ГУЗ «Краевой центр медицинской профилактики»