

## Повышайте иммунитет

Симптомы свиного гриппа ничем не отличаются от симптомов уже известных ранее типов гриппа и ОРВИ. Но поскольку у большинства людей отсутствует иммунитет против данной разновидности вируса, он проходит в более тяжелой форме и может вызвать обострение хронических заболеваний.

«Свиной грипп у разных людей может протекать с различной степенью тяжести: от легкой до тяжелой. Высокая температура (жар), головная боль, кашель, ринит, ангина, насморк, боли в мышцах и суставах, утомляемость – все это относится к легкому течению болезни. Такие симптомы обычно выражены в течение 3-5 дней, но в зависимости от свойств нового штамма гриппа, длительность этого периода может быть разной», – сообщила Сибновостям сотрудник Иркутской областной инфекционной клинической больницы (ГУЗ ИОИКБ) Надежда Прудникова. Тяжелой форме заболевания сопутствуют температура тела до 40 – 40,5 градусов, рвота, галлюцинации, диарея, судорожные припадки, боли в животе. Такое состояние опасно возможным развитием серьезных осложнений и может привести, например, к отеку мозга, предупреждает Н. Прудникова.

Вирус свиного гриппа передается в основном от человека к человеку воздушно-капельным путем, и инфицированные люди могут заражать других уже на следующий день, после того как заразились сами, т.е. до появления у них клинических симптомов болезни.

«Смерть в результате заражения свинным гриппом – явление редкое, гораздо чаще этот вирус может привести к серьезным осложнениям», – считает Надежда Прудникова.

Облегчить течение заболевания и предотвратить серьезные осложнения, вызванные свинным гриппом, могут противовирусные препараты. Их следует начать применять как можно раньше, при первых клинических признаках заболевания. «Новый вирус обладает устойчивостью к некоторым противовирусным препаратам, к таким как амантадин, римантадин, однако чувствителен к озельтамивиру (темифлю) и занамивиру. Прием данных лекарств в первые двое суток от начала заболевания уменьшает тяжесть симптомов и длительность заболевания, частоту развития осложнений и летальных исходов при тяжелой форме гриппа», – сообщила педиатр Иркутской областной детской клинической больницы Анна Шумихина. По ее словам, рекомендации по использованию противовирусных препаратов могут изменяться и дополняться, поскольку появляются новые данные о чувствительности к вирусу тех или иных препаратов.

Кроме того, для защиты здоровья и предотвращения распространения микробов существуют повседневные меры. Самое главное – чаще мыть руки с мылом, ведь многие поверхности могут быть заражены вирусом свиного гриппа. Также важно повышать иммунитет, быть физически активными, контролировать стрессы, пить много жидкости и придерживаться здорового питания, советует специалист.

«Если вы заболели, ограничьте контакт с другими людьми, насколько это возможно. Не ходите на работу или школу, не посещайте общественных мест (театры, музеи, магазины и прочее). Рекомендуются также поставить прививки против гриппа и пневмококковой инфекции, сделать запас противовирусных препаратов, защитных масок», – отметила Анна Шумихина.

В Управлении Роспотребнадзора по Иркутской области Сибновостям сообщили, что на данный момент вакцины для защиты от свиного гриппа в активном использовании нет. Но в декабре этого года прививку от нового вируса смогут поставить лишь 10 млн. человек – те, кто относится к «группе риска»: пожилые люди, дети, студенты вузов, медицинские сотрудники, педагоги и т.д. Если же грипп A/H1N1 разовьется в России, то на следующем этапе будут привиты еще 30 млн человек.

Тем, кто еще не привит против гриппа, можно поставить прививку любой из коммерческих вакцин, имеющихся на российском рынке, например, «Ваксигрипом». «Смысл есть, ведь у привитых больше шансов справиться со «свинным вирусом». Кроме того, детям с 2-х лет и взрослым, в преддверии вспышки гриппа, можно поставить прививку против пневмококковой инфекции «Пневмо-23», которая применяется для профилактики осложнений гриппа (пневмонии и др.), а также обладает иммунокорректирующим эффектом и снижает чувствительность к болезнетворным микроорганизмам, включая вирусы гриппа. Совместное применение

«Ваксигрипа» и «Пневмо-23» удваивает эффект вакцинации против гриппа и его осложнений», – порекомендовали сотрудники Роспотребнадзора.

И самое главное – не занимайтесь самолечением! При первых признаках заболевания обращайтесь в медицинские учреждения.

\* \* \*

Подавляющее большинство пользователей Рунета знают о новом вирусе гриппа, именуемом как «свиной грипп», – таковы итоги опроса информационного канала Subscribe.ru. При этом 39% опрошенных хорошо информированы об этом заболевании, знают симптомы, механизм распространения, меры профилактики и лечения, а около 60% – что-то слышали о распространении данного заболевания.

Однако мнение пользователей Рунета в отношении нового вируса разделилось. Так, лишь около трети (36%) опрошенных полагают, что свиной грипп – опасный вирус и представляет серьезную угрозу для людей. Большинство же занимает менее категоричную позицию: 30% уверены в том, что новый штамм вируса гриппа – не более, чем повод для фармацевтов и медиков заработать на страхе человечества перед эпидемиями, 16% увидели в свином гриппе пример массового психоза, вызванного недостатком достоверной информации и неграмотностью людей в вопросах медицины, а 8% даже сочли свиной грипп очередной пропагандистской «уткой», отвлекающей народ от проблем, связанных с кризисом.

Какие меры предосторожности готовы предпринять пользователи Рунета, чтобы не заразиться свиным гриппом? Те, кто не собирается ограничиться правилом «мойте руки перед едой», в качестве основных мер профилактики предлагают воздержание от поездок в города, страны, где имеются случаи заболеваний (42% из числа всех опрошенных), более тщательное мытье и термическую обработку продуктов (19%), ограничение контактов с другими людьми и отказ от посещения массовых мероприятий (16%), более частое применение моющих и дезинфицирующих средств в быту (14%). И только 12% из числа опрошенных намерены сделать профилактическую прививку.

В самом крайнем случае, если обнаружатся симптомы ОРВИ (насморк, кашель, чихание, головная боль, боль в горле, усталость), 42% пользователей Рунета скорее обратятся к врачу, но 50% станут лечиться самостоятельно привычными средствами.

Автор: Вера Данилова    © Агентство "Сибирские новости"    ЗДОРОВЬЕ, ИРКУТСК    👁 4580    01.11.2009, 18:09

URL: <https://babr24.com/?ADE=81899>    Bytes: 6305 / 6305    Версия для печати    Скачать PDF

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

*Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:*

[irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Автор текста: **Вера Данилова.**

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24\_link\_bot

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](https://t.me/@irk24_link_bot)  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](https://t.me/@kras24_link_bot)  
эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](https://t.me/@nsk24_link_bot)  
эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](https://t.me/@tomsk24_link_bot)  
эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

---

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: [@babrobot\\_bot](https://t.me/@babrobot_bot)  
эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)