

Грипп: что о нем нужно знать?

С конца прошлого года в Ростовской области регистрируются случаи гриппа H1N1, также известного как «свиной грипп».

Немного истории

Грипп A/H1N1 был открыт в 1931 году американским ученым Ричардом Шоупом, однако лишь в 2009 году он стал известен как «свиной грипп». Именно в 2009 году, 11 июня, Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) официально сообщила о начавшейся пандемии гриппа A(H1N1/09), которая, по словам ВОЗ, завершилась лишь в середине 2010 года, унеся не одну тысячу жизней.

Насколько свиной грипп сегодня опасен?

В 2009 году H1N1 был и правда очень опасен: мир был не готов к этой эпидемии, и потому она унесла так много жизней. Сегодня, однако, H1N1 из пандемического гриппа превратился в обычный сезонный; данных о том, что смертность от него превышает смертность от других видов гриппа, нет.

Как утверждают специалисты, сегодня свиной грипп у человека протекает так же, как любой другой. В большинстве случаев, если пациент в целом здоров и крепок, грипп проходит через неделю даже без медикаментозного лечения.

Однако у людей из так называемых групп риска свиной грипп, как и прочие разновидности гриппа, может вызвать ряд серьезных осложнений, например, бактериальную или вирусную пневмонию (последняя не чувствительна к антибиотикам и при отсутствии правильного лечения может убить человека за очень короткий срок).

Кто в группе риска?

Риск развития осложнений после заражения гриппом выше всего у людей со слабым иммунитетом. Это, в первую очередь:

- Беременные женщины;
- Маленькие дети;
- Пожилые люди;
- Люди с хроническими болезнями легких;
- Люди с сердечно-сосудистыми заболеваниями;
 - Люди с онкологическими заболеваниями, особенно если они получают химиотерапию;
- Люди с подавленным иммунитетом;
- Люди с заболеваниями крови.

Есть мнение, что наличие у пациента ожирения тоже может ухудшить течение заболевания и прогнозы.

Как передается H1N1?

Этот вирус гриппа можно обнаружить и у животных, однако сегодня от животных к человеку он редко передается, и основным путем его передачи остается от человека к человеку - через воздух. То есть, если зараженный человек, например, чихнет и закашляет рядом со здоровым, вирус гриппа может через воздух перейти в организм здорового.

Как проявляется грипп H1N1?

Поскольку сегодня H1N1 протекает так же, как другие разновидности гриппа, его симптомы тоже такие же, как симптомы других: это повышение температуры, головная боль, боль в мышцах и во всем теле, кашель, насморк. В некоторых случаях могут быть диарея, рвота и боли в животе. Все эти симптомы могут проявиться через 2-3 дня после заражения.

Как защититься от H1N1?

Чтобы не заразиться гриппом, специалисты рекомендуют принять следующие меры:

- Часто проветривайте помещения;
- Не подходите к больным людям ближе, чем на 1-2 метра;
- В многолюдных местах, а также в помещениях, где могут находиться больные, носите медицинские маски;
- Часто мойте руки;
- Часто протирайте влажной тканью поверхности в помещении;
- Подумайте о вакцине от гриппа, особенно если Вы в группе риска.

- **Когда обращаться к врачу?**

Если высокая температура держится у Вас более 48 часов, это уже повод обратиться к врачу. Если у Вас симптомы гриппа, если температура повышена и самочувствие плохое, лучше не оставаться дома и не заниматься самолечением.