

## ОРЗ и ОРВИ

ОРЗ и ОРВИ – знакомые с детства, примелькавшиеся на страницах медицинских карт, чаще всего доставляющие нам хлопоты. В народе чаще всего называются «простудой». Едва ли не каждый второй считает себя докой в лечении ОРЗ и лечении ОРВИ. При этом самолечение чаще всего связано с нежеланием идти к врачу и брать больничный – «некогда болеть». Наскоро «вылеченные» ОРЗ и ОРВИ приводит к тому, что часть симптомов ОРВИ и ОРЗ сохраняются длительное время. Подобное лечение ОРВИ у взрослых существенно ослабляет организм, и на «благодатную» почву легко цепляются все новые и новые болезни. Лечение ОРВИ и ОРЗ у детей, как правило, проходит более системно и под контролем врача, но детский организм тяжело переносит нагрузку, и симптомы могут подолгу держаться из-за общей ослабленности организма. Так и выходит, что для многих людей лечение ОРВИ и ОРЗ начинается осенью и заканчивается только к лету.

- По сути ОРВИ являются подвидом ОРЗ. Отличает их то, что в случае с ОРВИ возбудителем могут быть только вирусы, а в случае ОРЗ провоцировать болезнь могут так же бактерии и ряд микроорганизмов.

### Симптомы ОРВИ и ОРЗ

*насморк и чихание;*

*кашель;*

*боль в горле;*

*головная боль;*

*боль в глазах;*

*рвота;*

*жидкий стул;*

*ощущение разбитости и ломоты в теле;*

*повышенная температура.*

- ОРВИ у детей бывает чаще, чем у взрослых, примерно в три-пять раз, относительно статистики за год. В ходе болезни, как при ОРЗ, так и при ОРВИ могут поражаться все отделы дыхательных путей. Осложненное ОРВИ и ОРЗ может перейти в пневмонию.
- Лечение ОРВИ и ОРЗ назначается в соответствии с имеющимися в наличии симптомами ОРВИ и ОРЗ. При повышенной температуре назначаются жаропонижающие, при кашле – средства, облегчающие кашель, при насморке – капли в нос и т.д. Лечение ОРВИ и ОРЗ у детей нуждается в строгом контроле над температурой, так как возможны резкие повышения, приводящие к судорогам. В случае рвоты и жидкого стула у детей обязательно необходимо следить за восполнением жидкости.

- Нормальной является ситуация, при которой симптомы ОРВИ и ОРЗ у взрослых и у детей, болеющих в одной семье, отличаются. Набор симптомов у детей, как правило, шире. В такой ситуации взрослые люди часто считают, что по-настоящему болеет только ребенок, расценивая свое состояние как незначительное недомогание. Это тоже часто приводит к тому, что полноценное лечение ОРЗ и ОРВИ получает только ребенок, а взрослый переносит болезнь «на ногах». Тогда как и у детей, и у взрослых лечение ОРЗ и ОРВИ должно быть основано на одних и тех же принципах – покой и полноценная медикаментозная терапия в соответствии с симптомами ОРЗ и ОРВИ.
- И, конечно же, невозможно рассматривать столь частые и распространенные заболевания вне аспекта **профилактики**. Профилактика в эпидемиологический период включает достаточно простые и легко выполнимые меры:
  - ограничить посещение массовых мероприятий;*
  - избегать больших скоплений народа в закрытых помещениях;*
  - избегать тесного контакта с уже заболевшими людьми;*
  - чаще мыть руки;*
  - реже пользоваться общественным транспортом;*
  - заботиться о полноценном питании и отдыхе.*
- **Лечение ОРВИ** в подавляющем большинстве случаев проводится амбулаторно и складывается из режимных мероприятий, адекватной водной нагрузки, щадящей диеты, терапии возбудителя инфекции и терапии симптомов.