

Профилактические мероприятия при гриппе

Симптомы заболевания:

Признаки заболевания гриппом А(Н1N1) у людей сходны с признаками заболевания обычным сезонным гриппом: высокая температура, головная боль, кашель, боль в горле, насморк или заложенность носа, боли во всем теле, озноб и слабость. У значительного числа людей также отмечается жидкий стул и рвота.

Контакты с другими людьми:

Если у вас появились признаки гриппоподобного заболевания, постарайтесь избегать контактов с другими людьми, чтобы не заразить их. Помните, что больной человек может быть заразным в течение 7 дней от начала заболевания и за 1 день до появления первых признаков болезни. Если вы выходите из дома необходимо использовать маску, прикрывайте нос и рот носовым платком во время чихания и кашля. Оставайтесь по возможности дома, не ходите на работу, в школу или места скопления народа.

Обследование и лечение:

При появлении признаков заболевания оставайтесь дома и вызовите врача, который назначит вам необходимое лечение. Врач определит, требуется ли вам прохождение лабораторного обследования на вирус гриппа. Не занимайтесь самолечением.

Аспирин или препараты, содержащие аспирин, не должны назначаться при подтвержденном или подозрении на грипп, вызванный вирусом А(Н1N1), лицам младше 18 лет в связи с риском развития синдрома Рея. Для снижения высокой температуры рекомендуется использовать другие жаропонижающие средства (парацетамол, панадол) или нестероидные противовоспалительные препараты.

Тревожные симптомы:

учащенное, затрудненное дыхание или – отдышка;
синюшная или посеревшая кожа у ребенка; –
внезапное – головокружение;
сильная или непрекращающаяся рвота; –
спутанность – сознания;
ребенок не просыпается, не выносит, когда его держат на – руках;
симптомы заболевания ослабевают, но затем возвращаются вместе с – высокой температурой и усиливающимся кашлем.

При появлении любого из перечисленных симптомов следует вызывать неотложную медицинскую помощь!

Чтобы избежать распространения заболевания необходимо:

при чихании и кашле – прикрывать рот и нос носовым платком;
чаще мойте руки водой с мылом после – чихания или кашля, можно использовать спиртосодержащие средства для протирания рук;
старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту; –
в период – болезни оставайтесь дома в течение 7 дней после появления первых симптомов болезни, за исключением необходимости обращения за медицинской помощью;
– используйте маску при выходе из дома;
часто проветривайте помещение, в – котором вы находитесь;
постарайтесь свести к минимуму контакты с другими – членами семьи во время болезни.