

Грипп 2016 – симптомы



У всех на слуху информация о том, что вирус гриппа мутирует. Из года в год специалисты ВОЗ, занимающиеся изучением изменений видов вируса гриппа, прогнозируют, какой именно штамм вируса в осенне-зимний период вызовет большую опасность для здоровья людей.

Изучим сведения об эпидемии данного заболевания за 2016 год, обращая особое внимание на первые клинические проявления, лекарственную терапию, а также меры профилактики такой серьезной болезни как грипп.

Прогноз по гриппу в 2016 году

Ученые не предвещают вспышек данного заболевания в 2016 году. Но это не говорит о том, что не стоит предпринимать никаких мер для профилактики этой болезни. Ведь вирус гриппа считается самым опасным заболеванием из всех вирусных инфекций.

Наибольшую опасность данная болезнь представляет для людей имеющих хронические заболевания (бронхиальная астма, болезни легких и сердечно-сосудистой системы, страдающих сахарным диабетом), а также ослабленный иммунный ответ. В группе особого риска дети, женщины ожидающие ребенка и пожилые люди.

В 2016 году специалисты прогнозируют наибольшую активность таких штаммов как:

H1N1 – является подтипом вируса свиного гриппа. Именно о нем в 2009 году стало известно всему миру, в связи с тем, что он явился источником эпидемии во всем мире.

Наибольшую опасность этот штамм представляет из-за вызываемых осложнений, которые нередко заканчиваются летальным исходом. К ним относят пневмонию, синусит и воспаление оболочек мозга.

H3N2 – является подтипом гриппа типа А. В России ранее он эпидемий не вызывал, но стал известен с прошлого года. Поэтому его можно назвать «молодым».

Основная опасность его состоит в том, что он пока не является достаточно изученным и в числе его главных осложнений — влияние на сосудистую систему.

Вирус Ямагата – является подтипом гриппа типа В, также является новым малоизученным штаммом, имеющий трудности в диагностике. Но специалисты ВОЗ не называют его самым опасным, т. к. осложнения вызывает очень редко.

Симптомы гриппа 2016

Первые симптомы появляются уже на 1-2 сутки от момента заражения. Вирус, попав на слизистые оболочки органов дыхания, размножается на выстилающих их эпителиальных клетках с невероятной скоростью. В первые несколько часов возбудитель разрушает эти клетки, приводя к их гибели.

Основным характерным симптомом болезни является высокая температура. Ее повышение до высоких цифр (38,5-40°C) происходит очень резко и держится около 3-х дней на высоком уровне.

Также симптомами гриппа 2016 являются:

- головная боль;
- сухость в носоглотке;
- озноб;
- мышечные боли;
- сухой кашель;

- слезотечение;
- снижение или полное отсутствие аппетита;
- першение в горле;
- светобоязнь;
- боль за грудиной;
- слабость во всем теле;
- ломота в суставах;
- повышенная потливость.

Редко при гриппе бывает насморк.

Признаки болезни

ОРЗ

ГРИПП



Начало болезни

Постепенное

Обычно резкое, некоторые даже могут назвать час, когда почувствовали, что заболевают



Температура

Повышается постепенно и незначительно, редко бывает выше 38,5С.

Буквально за несколько часов может подскочить до 39-40 градусов и даже выше. Высокая температура держится 3-4 дня



Симптомы интоксикации

Общее состояние обычно не страдает

Резко нарастают озноб, обильное потоотделение, головная боль, светобоязнь, головокружения, ломота в мышцах и суставах



Насморк

Есть и весьма обильный. Часто преобладает над другими симптомами

Обычно не бывает. Часто лишь небольшая заложенность носа, которая появляется ко второму дню болезни



Боль в горле, покраснение

Почти всегда сопровождает простуду, потому как идет активное воспаление слизистых оболочек носоглотки

В первые дни болезни не всегда. Обычно бывает заложены задняя стенка глотки и мягкое небо



Кашель, ощущение дискомфорта в груди

Часто отрывистый, сухой, который проявляется с самого начала заболевания, боли в груди отсутствуют

На 2-е сутки болезни возникает мучительный кашель, боль за грудиной по ходу трахеи



Чихание

Очень часто

Бывает редко



Покраснение глаз

Редко, при сопутствующей бактериальной инфекции

Довольно частый симптом



Астенический синдром (слабость)

Во время болезни слабость есть, но после выздоровления незначительна и быстро проходит

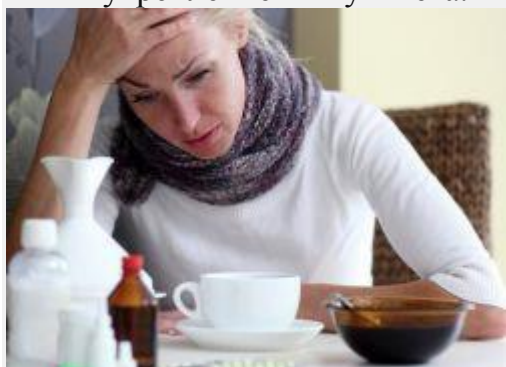
Утомляемость, слабость, головная боль, раздражительность и бессонница могут сохраняться на протяжении 2-3 недель после окончания болезни

Профилактика и лечение гриппа 2016

В основе профилактики лежит вакцинация. Она является самым эффективным средством, хотя не дает 100% гарантии от заражения. Но в случае своевременной прививки и формирования иммунного ответа к вирусу, при прямом контакте с ним, болезнь либо не развивается, либо протекает в легкой форме, с незначительной симптоматикой и быстрым выздоровлением. Вакцинация предотвращает развитие большого количества осложнений.

Следующей профилактической мерой является:

- сокращение посещения мест избыточного скопления людей, которые могут являться источником инфекции в скрытом периоде;
- отсутствие контактов с людьми с явной клинической картиной вирусной инфекции;
- укрепление иммунитета.



При обнаружении у себя первых симптомов заболевания не стоит прибегать к самолечению. Первым делом нужно обратиться к врачу. После назначения лечения в домашних условиях нужно соблюдать охранительный режим в течение недели: отдых в постели, минимум физических нагрузок.

Лекарственная терапия гриппа включает в себя противовирусные и противовоспалительные средства, жаропонижающая и иммуномодулирующая терапия. Часто при гриппе назначаются препараты интерферона для повышения местного и общего иммунитета.

Свиной грипп



2016

Штамм А/Н1N1 в 2016 году является основным главным врагом зимнего периода. — На территории Украины ни о каком развитии эпидемии речи пока не ведется, так как ни один показатель на это не указывает, — уверенно заявляет Министерство Здравоохранения, при этом убеждая граждан о внимательном отношении к своему здоровью. Не заниматься самостоятельным излечением от проявлений простуд и гриппа, а своевременно обращаться к медикам за квалифицированной помощью, потому что вероятность заражения колоссальна. Свиной грипп опасен скоростью развития вместе с осложнениями на легочную систему и бронхи, что может послужить причиной скоростной кончины больного.

Симптомы свиного гриппа 2016

Симптоматика заражения вирусом «свиного» типа идентична заражению вирусом гриппа обычной формы и ОРВИ на начальном этапе возникновения: резкое повышение в температуре тела, ощущения ломоты в мышцах, состояние слабости и головные боли. В некоторых случаях проявляется диарея, тошнота и боль в

области кишечника и живота. Кашель наряду с насморком присоединяются к основным симптомам лишь спустя некоторое время. Для заражения свиным гриппом свойственно появление рвоты и воспалительный процесс в глазах. Развитие вируса после заражения происходит за 2 или 4 дня.

Этиология вируса свиного гриппа до настоящего времени не исследована. Название подобного недуга произошло из-за сходства течения гриппа у свиней. Фактически животное не может заразить вирусом человека, но когда так происходит, то у человека наличие заболевания можно определить по наличию в анализе крови антител. Человек может заразить только человека путем воздушно-капельного сообщения. Смерть больного может наступить на фоне хронических болезней легочной системы, при сердечных и сосудистых недугах, игнорирование посещения лечебных учреждений.

Лечение и профилактика от свиного гриппа

Проявления вируса H1N1 не так страшно, если медицинская помощь оказывается вовремя и адекватно. Врачи побеждают болезнь примерно за неделю. Хитрость в тактике лечения определяется лишь тем, что если доктор назначает необходимые препараты на протяжении 24 часов с момента заражения вирусом H1N1, то течение недуга не доставит сильных проблем со здоровьем. По этим причинам медицинские работники призывают отказаться от средств народного применения.

Переносить свиной грипп на ногах противопоказано. Применение таких препаратов, как аспирин, тоже не рекомендуется. Парацетамол и ибупрофен должны быть основными жаропонижающими препаратами. Так как грипп первым делом поражает дыхательную систему, то стоит применять отхаркивающие препараты. Проветривание помещения должно проводиться регулярно, а воздух в комнате должен быть увлажнен. Если по прошествию четырех суток болезнь не отступает, то в лечебное учреждение нужно обратиться вновь.

Эпидемия гриппа 2016, симптомы у людей и лечение

Штамм «свиного» типа лечат ровно также, как и обычный. В случае возникновения интоксикации организма или появления нарушений в кислотно-щелочном балансе, назначается комплекс коррекционных мер.

Лекарственный препарат Осельтамивир (Тами-Флю) доказал свою эффективность при излечении от штамма H1N1. В случае отсутствия подобного препарата можно воспользоваться его аналогом Занамивиром (Реленза). Если течение болезни не имеет тяжелую степень, то прием Арбидола будет вполне уместен. Ибупрофен и парацетамол помогут снизить температуру тела, но не стоит забывать о невозможности приема в этот момент аспирина.

Семь важных вопросов, которые помогут защититься от коварного вируса

1. Это новая, доселе неизвестная, мутация «банального» гриппа?

Врач высшей категории, вирусолог Сергей Гарусов считает, что страшен не сам факт болезнь, а осложнения на фоне ее течения.

Эта зараза уже охватывало человечество. В 2009 году эпидемия свиного гриппа масштабно захватило регионы Российской Федерации. — говорит Сергей Гарусов. — В XX веке этот вирус именовался «испанкой», унесший жизни многих людей в России и странах Европы. «Свиным» грипп стал называться после заражения гриппом еще в 1976 году американских солдат на территории Мексики. Их часть находилась возле свиноводческой фермы. И человек, и свиньи переносят грипп очень тяжело, но назвать его причиной смерти невозможно, — подытожил врач.

2. Как он передается?

Перехождение вируса гриппа «свиного» типа между людьми происходит во время процесса выделения мокроты в виде кашля или чихания. В общественных

помещениях закрытого типа вирус распространяется на расстоянии до 10 м., — объясняет Гарусов.

3. Если грипп свиной, то можно ли заразиться от свиного мяса или сала?

Употребляя в пищу свиное мясо, заражение не представляется возможным. Единственное, что нужно соблюдать всегда, так это гигиенические меры. — продолжил вирусолог.

4. Почему эпидемия свиного гриппа вернулась?

Врач Сергей Гарусов работает в сфере вирусологии и имеет достаточно сведений об этиологии свиного гриппа, его диагностирования.

- Случаи заражения свиным гриппом, начиная с 2009 года были в постоянной врачебной практике, но из-за их локальности и малочисленности подобные эпизоды не поддавались распространению в СМИ.
- Эпидемия заболевания свиным гриппом на территории Украины возникла по причине общей тяжелой обстановки, в том числе и с недостаточностью вакцины против недуга. Прошлый год в Украине известен появлением эпидемии кори, которая уже давно считалась побежденной человечеством. Но украинское правительство заботят совершенно иные вопросы, — вздыхая продолжает Сергей Гарусов.

5. Так вакцина поможет?

По прошествии 2009 года в состав вакцины против гриппа стали включать защитные компоненты от штамма А (N1H1). Врачи терапевты и вирусологи помогут Вам подобрать вакцину именно с этим компонентом. Формирование иммунитета происходит за 3 недели. Ноябрь и декабрь считаются основными в вакцинации населения. В другие месяцы делать прививку уже не имеет смысла, так как все прививочные процедуры заканчиваются с наступлением зимнего периода, — рассказывает вирусолог.

6. Чем лучше сбивать температуру?

Снижать температуру следует умеренно, ведь ее повышение всегда сигнализирует о том, что человеческий иммунитет начал бороться с недугом. За показателями температуры необходимо тщательно следить, так как слишком резкие скачки могут сказаться на работе сердца. Если температура не превышает 38,5 градусов (у малышей это 38 градусов), то жаропонижающие препараты

лучше не использовать. В случае дальнейшего повышения температуры, принимаются препараты, в состав которых входит парацетамол, Ибупрофен. Скорую помощь необходимо вызывать, если прием препаратов оказался неэффективным, — говорит врач-вирусолог.

7. Постельный режим при гриппе обязателен?

Если больной не испытывает головокружения и сильной слабости, то постельный режим может привести к застаиванию мокроты в бронхах и легочной системе, снизив их вентиляцию. Инфекция всегда опускается к низу по путям дыхательной системы, поэтому возможность осложнений в виде пневмонии и бронхита для больных, проводящих всю болезнь в постели, весьма велика. Достаточно просто находиться дома, периодически хорошо проветривая помещение. Грипп остается заразным еще неделю после того, как человек заболел. Вирус гриппа нужно лечить до конца, так что пребывание дома на больничном будет уместно, — поясняет врач Гарусов.

Каких осложнений стоит опасаться

| Система организма | Осложнения |
|-----------------------------|---|
| Дыхательная система | Пневмонии занимают первое место среди осложнений. Возникают в результате присоединившейся бактериальной инфекции. Чаще всего от скоротечных или даже маскированных (то есть когда симптомы смазаны и есть даже ощущение начала выздоровления, температура временно снижается почти до нормальной) пневмоний |
| Сердечно-сосудистая система | Миокардиты (воспаления сердечной мышцы), обострение гипертонии и сердечные приступы. В период эпидемий гриппа смертность от «сердца и сосудов» возрастает в 1,5 раза. Резкое повышение температуры ослабляет сердце, вирус замедляет кровоток, возрастает опасность тромбов. |
| Желудочно-кишечный тракт | Обострение язвенной болезни, холецистита. |
| Мочеполовая система | Цистит, пиелонефрит, у женщин - воспаление придатков, у мужчин-орхит (воспаление яичек) |
| Нервная система | Воспаление мозговых оболочек - арахноидит, менингит. |

Как не заразиться?

1. Исключать места большого насыщения людьми, включая театры, кинотеатры, детские мероприятия.
2. После прогулок, поездок на метро или в другом автотранспорте нужно всегда мыть руки с мылом, а по возможности, вне дома очищать руки салфетками, дезинфицирующими гелями. Солевыми растворами можно промывать нос, а перед выходом на улицу можно смазывать носовые слизистые оксолиновой мазью. Такие барьерные методы могут быть эффективными.

3. Вирус гриппа считает одним из самых заразных болезней в пятерке основных. К слову сказать, Эбола уступает вирусу гриппа в масштабности заражения и сложности течения. Поберегите близких родственников, коллег и друзей. На время отмените походы в гости, встречи и другие визиты, если по вашим ощущениям складывается, что вы скоро заболите.

4. Ношение марлевых повязок не уберезет от заражения вирусом гриппа, так как его размеры настолько маленькие, что пористая марлевая поверхность не станет препятствием для их проникновения. Надевать повязку целесообразно в местах общественного оживления, при необходимости постоянных контактов с людьми. Ношение маски на улице не имеет смысла, так как заражение на открытом воздухе практически исключено.

5. Вентиляция помещения жилого и нежилого должна войти в обязательный перечень профилактических мер во избежании заражения вирусом. Свиной грипп не выносит холода, но с радостью размножается в сухих теплых помещениях без должной вентиляции.

6. Кушать и пить нужно все то же, что обычно, потому что меню против вируса не существует. Едой и питьем можно лишь усилить защитные функции организма и создать профилактический барьер к заражению вирусами гриппа. К таким продуктам можно отнести следующие:

- Продукты кисломолочного производств (тан, кефир, айран, йогурты и прочее);
- Плодовые фрукты цитрусовой группы. Они поднимают настроение, витамин С и содержание в них пектина устраняет слизь и мокроту из легочной системы, помогают в работе сердцу;
- Фруктовые и ягодные морсы без добавления сахаров и его заменителей (ягоды черной и красной смородины, клюквы, брусники, черники);
- Применение в пищу натуральных белковых продуктов хорошо усвоятся в организме и укрепят работу сердечной деятельности (рыбные продукты, мясо крольчатины, курицы, индейки, куриное яйцо и прочие).

Ссылка <http://advices4lady.org/302-gripp-2016-simptomu/>