В республике начался сезон ОРВИ и гриппа, заболеваемость растет, есть и лабораторно подтвержденные случаи гриппа, они уже не единичны. Грипп – это острое инфекционное заболевание, при котором характерно поражение верхних и нижних дыхательных путей. Грипп – болезнь тяжелая, но наиболее опасен он своими осложнениями, которые могут даже привести к смерти. Об осложнениях гриппа, профилактике этого заболевания и многом другом нам рассказала врач-инфекционист высшей квалификационной категории ГБУЗ Республики Мордовия «Республиканская клиническая больница №5» Наталья Васильевна Сыбачина. **- Наталья Васильевна, расскажите, как отличить ОРВИ, разновидностей которой очень много, от гриппа.**

- Отличить острую респираторную вирусную инфекцию от гриппа можно. Грипп, как правило, начинается очень остро и быстро: поднимается высокая температура до 39-40 градусов, сопровождается сильной головной болью, ломотой в теле и суставах, характерны боли в глазных яблоках. Однако основным отличительным признаком является то, что при гриппе катаральные симптомы, то есть насморк, кашель, боль в горле присоединяются только на вторые сутки, при этом часто поражается трахея, кашель буквально раздирает грудную клетку больного изнутри. При ОРВИ заболевание развивается медленнее и протекает зачастую легче, сразу появляются течение из носа, боль в горле.

- Почему необходимо обращаться к врачу?

- Грипп опасен своими осложнениями, которые возникают, если человек либо не долечился, переносил болезнь на ногах, либо совсем не обращался к врачу и занимался самолечением. Одни из самых тяжелых и распространенных осложнений, которые дает грипп, это осложнения на легкие. Это острая дыхательная недостаточность, плеврит, пневмония, «шоковое легкое», когда легкие буквально сдуваются и как бы слипаются, это осложнение очень часто приводит к гибели пациента. Также часто поражаются пазухи, что вызывает гайморит, фронтит, синусит. Осложнения на сердце проявляются в виде миокардита и других заболеваний. А вообще могут поражаться все системы человека. Именно поэтому при первых симптомах заболевания нужно остаться дома и вызвать врача, если состояние больного тяжелое, необходимо вызвать бригаду «скорой

помощи». Отправляясь в таком состоянии на работу, человек не только усугубляет свое состояние, но и заражает других.
Только квалифицированный врач может назначить лечение, которое подойдет именно вам в вашем состоянии, поэтому не стоит заниматься самолечением, обращаться за советом к фармацевту в аптеке или следовать совету знакомых, чтобы подобрать себе какой-то препарат.
Также не стоит принимать антибиотики от того, что у вас высокая температура. Антибиотики назначаются только по строгим показаниям, которые определяет доктор.
- Наталья Васильевна, можно ли защититься от гриппа?
- Конечно, именно поэтому доктора задолго до начала эпидсезона начинают заниматься профилактикой. Существуют специфические и неспецифические методы профилактики гриппа. К специфическим методам относится вакцинация, которая проводится по национальному календарю прививок. К счастью, с каждым годом все больше людей стали делать прививки от гриппа. Это один из наиболее действенных методов профилактики.
Обязательно нужно прививать тех, кто находится в группе риска: дети, пожилые люди, беременные женщины, кстати, для беременных есть специальная вакцина без консервантов. Также прививки делают людям, которые трудятся в сфере здравоохранения, образования, ЖКХ и других.
Отмечу, что прививка не дает 100% гарантии, что вы не заболеете, она защищает вас только от нескольких штаммов гриппа. Стоит помнить, что прививка от гриппа не спасет вас от других ОРВИ. Некоторые, сделав прививку от гриппа, например, заболевают ОРВИ и, заблуждаясь, считают, что она не подействовала, не защитила их от болезни. Порой из-за этого люди даже перестают прививаться. Но это в корне неверно. Прививка позволяет вам перенести грипп в гораздо более легкой форме, чем вы бы болели без нее, кроме того она защитит от тяжелейших осложнений.
- Что еще поможет избежать заражения?
- Лучшей профилактики от гриппа, чем вакцинация, пока нет. Однако не стоит пренебрегать методами неспецифической профилактики. Это соблюдение личной гигиены: частое мытье рук, промывание слизистых носа и рта после посещения мест массового скопления народа. Ношение маски при непосредственном контакте с больным, в общественном транспорте, при посещении поликлиники, где также могут быть больные люди, других общественных мест. Маску необходимо менять каждые два часа. Если вы здоровы, нет необходимости носить маску на улице, там вне тела человека вирус быстро погибает.
Стоит помнить, что в первую очередь маска надевается на больного человека, ведь именно он при кашле и чихании с частицами слюны разносит вирус. Поэтому если вы больны, и ждете врача, которого вызвали на дом, или есть необходимость посетить аптеку или магазин, наденьте маску, чтобы предохранить окружающих от заражения.
Любите себя и берегите свое здоровье, не занимайтесь самолечением, вызывайте врача, промедление порой может быть опасно. А если уж вы заболели, уважайте других, носите маску, закрывайте рот платком при чихании и кашле. Один больной человек, чихнув в общественном транспорте, может заразить десятки людей.

Эльвира Баляева