

## Что надо знать о гриппе?

18.09.2014

Грипп — острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Сопровождается повышением температуры тела, насморком, кашлем, головной болью, чувством общего недомогания и воспалением слизистой оболочки носа и дыхательных путей.

Вирус гриппа очень легко передается. Самый распространенный путь передачи инфекции — воздушно-капельный. Также возможен и бытовой путь передачи, например через предметы обихода. Вирусы, вызывающие грипп, постоянно существуют вокруг нас. Им свойственно очень быстро меняться (мутировать), и именно поэтому гриппом можно болеть много раз. Вирус распространяется очень быстро. Чихая, кашляя, разговаривая, заболевшие люди разбрызгивают в воздухе мельчайшие капельки, в которых и находятся вирусы.

Каждый год в конце осени или ранней зимой возникают эпидемии, вызываемые вирусом гриппа. Болезнь встречается во всем мире. Хотя симптомы гриппа могут быть вызваны многими респираторными вирусами, эпидемии обычно связаны с вирусами гриппа А или В. Эпидемии стоит опасаться, так как грипп часто тяжело протекает, возникают осложнения, бывают летальные исходы.

Больше всего подвержены заболеванию люди, работа которых связана с общением. Преподаватели, работники сферы торговли, работники коммунальных услуг. В больших городах возникает эффект снежного кома, когда один заболевший может заразить сотни людей.

Обращаем Ваше внимание, что в марте 2014 года утвержден «Национальный календарь профилактических прививок и календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям», который предусматривает вакцинацию против гриппа определенными категориями и возрастными группами граждан.

Рекомендуется проводить ежегодную вакцинацию лицам, которые входят в группу риска. К ним относятся дети с 6 месяцев, учащиеся школ, вузов, взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям, лица пожилого возраста (старше 60 лет) и страдающие хроническими заболеваниями сердца и дыхательных путей (астмой, бронхитом, эмфиземой), а также хроническими нарушениями обмена веществ (например, сахарным диабетом). Делать прививку от гриппа следует за месяц до начала сезона гриппа (октябрь - ноябрь). Вакцины меняются ежегодно, в зависимости от видов вирусов, которые предположительно приведут к развитию эпидемии. Тем, кто позаботился о вакцинации, следует помнить, что вероятность заболевания у привитых возможна, но клинические симптомы выражены слабо. Заболевание протекает в легкой форме, не дает осложнений и не приводит к смертельным исходам.

Иммунная система не всегда способна быстро справиться с возбудителями. Чтобы не подвергнуть свой организм подобным заболеваниям и последующим осложнениям развития болезни, нужно своевременно обращаться к врачу, не заниматься самолечением.

Уберечься от гриппа можно, если соблюдать элементарные правила гигиены, например, носить маску в общественных местах, тщательно мыть руки, чаще

проветривать помещения, увеличить употребления фруктов, овощей, витаминов, бывать больше на свежем воздухе.

В период, когда вирус подстерегает нас на каждом шагу, помните о защите своего организма и сделайте прививку против гриппа. Принимайте все меры предосторожности и будьте здоровы!

---

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/1294891.html>

---

[Управа района Нагатино-Садовники](#)