



ГРИП. ЗАСТУДА. ГРВІ. 2020: міф чи реальність...

З 24 по 28 січня 2010 року медична сестра Новоушицького коледжу ПДАТУ Олеся Іванівна Скоробагата для студентів I курсу провела лекторії «Будь здоровим! Збережи себе від небезпеки».

Грип та ГРВІ: що робити, щоб вберегтися?

Грип – це високозаразне вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті. Грип має симптоми, схожі з іншими гострими респіраторними вірусними інфекціями (ГРВІ), але є набагато небезпечнішим. Тому перші ж симптоми ГРВІ вимагають особливої уваги.

Найчастішим ускладненням грипу є пневмонія, яка іноді може лише за 4-5 днів призвести до смерті хворого. Серцева недостатність також нерідко розвивається внаслідок ускладнень грипу.

Грип дуже легко передається від людини до людини повітряно-крапельним шляхом – коли хвора людина кашляє, чхає чи просто розмовляє. У зоні зараження перебувають усі в радіусі 2 метрів навколо хворого.

Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для оточуючих протягом усього періоду прояву симптомів – це, в середньому, 7 днів.

Симптоми, що вимагають лікування вдома

При появі перших симптомів грипу хвора людина обов'язково повинна залишатися вдома, щоб не провокувати ускладнення власної хвороби і не наражати інших людей на небезпеку.

Такими симптомами є: – підвищена температура тіла; – біль у горлі; – кашель; – нежить; – біль у м'язах.

З будь-якими з цих симптомів не варто виходити з дому навіть заради візиту до лікаря – його слід викликати додому. Призначене лікарем симптоматичне лікування у домашніх умовах може бути достатнім для одужання.

Якщо стан хворого не погіршується, необхідно продовжувати лікування вдома до повного зникнення симптомів.

Симптоми, що вимагають термінової госпіталізації

Якщо стан хворої людини погіршується, не зволікайте з госпіталізацією, адже тепер під загрозою – її життя.

Викликайте “швидку” чи терміново звертайтеся безпосередньо до лікарні, якщо присутні такі симптоми:



- сильна блідість або посиніння обличчя;
- затруднене дихання;
- висока температура тіла, що довго не знижується;
- багаторазове блювання та випорожнення;
- порушення свідомості – надмірна сонливість чи збудженість;
- болі у грудній клітці;
- домішки крові у мокроті;
- падіння артеріального тиску.

Продовжувати лікування вдома за наявності цих симптомів – небезпечно. Затримка з госпіталізацією може призвести до смерті хворого.

Профілактика грипу

Вірус грипу небезпечний, але не всесильний. Можна легко уникнути зараження грипом навіть під час епідемії, якщо дотримуватись кількох простих речей:

1. Уникати скупчень людей – аби зменшити вірогідність контактів з хворими людьми, при тому що деякі з них є заразними навіть до появи очевидних симптомів.
2. Вакцинація – найефективніший засіб захисту.

Щорічна вакцинація є найефективнішим засобом для захисту організму від вірусів грипу. Вакцина захищає від усіх актуальних штамів грипу, є безпечною і ефективною. Найкращий час для проведення вакцинації – напередодні грипозного сезону (у вересні). Якщо такої можливості не було, то вакцинуватися можна і впродовж всього сезону. Всупереч поширеному міфу, це не ослаблює, а посилює здатність організму протистояти грипу.



Особливо важливою вакцинація є для представників груп ризику, оскільки вона значно збільшує шанси цих людей відвернути смертельні наслідки хвороби.

Вакцинація проти грипу проводиться на базі лікувально-профілактичних закладів в кабінетах щеплень. З питання проведення щеплень необхідно звертатись до сімейного лікаря.

Будь-яке вірусне захворювання, перенесене “на ногах” може погано позначитися на вашому здоров’ї в майбутньому. У будь-якому випадку, при перших ознаках захворювання, необхідно звернутися до лікаря, здати всі необхідні аналізи і отримати рекомендації фахівця щодо стратегії лікування. **Пам’ятайте, що самолікування може призвести до небажаних наслідків та ускладнень.**

ЦІНУЙТЕ СЕБЕ І БУДЬТЕ ЗДОРОВІ !!!

В. Шинкаренко