

## Об осложнениях гриппа

По данным ВОЗ, ежегодно в мире гриппом заболевает до 1 миллиарда человек, а от его осложнений умирает около 500 тысяч человек. Об осложнениях гриппа в этой статье.

Грипп – это острая респираторная вирусная инфекция. В отличие от других ОРВИ, заболевание гриппом чревато развитием серьезных осложнений, которые не только нарушают работу организма, но и опасны для жизни.

Иногда осложнения гриппа носят отсроченный характер, проявляются спустя некоторое время, когда человек уже забыл о перенесенной инфекции.

Наиболее часто встречаются осложнения со стороны дыхательной системы. Наиболее характерное из них - пневмония, которая нередко сопровождается острой дыхательной недостаточностью с летальностью до 40%, даже при проведении своевременного квалифицированного лечения.

Также со стороны дыхательной системы часто развиваются синусит, трахеит, бронхит, нередко к ним присоединяется воспаление ЛОР-органов. Например, отит, который в некоторых случаях приводит к полной потере слуха.

Еще одним смертельно опасным осложнением гриппа считается острый респираторный дистресс-синдром, заключающийся в нарушении барьерной функции легочной ткани. На фоне этого осложнения также возникает дыхательная недостаточность, нередко несовместимая с жизнью.

Со стороны сердечно-сосудистой системы могут развиваться миокардит и перикардит, со стороны мочеполовой системы - гломерулонефрит.

Поражение центральной нервной системы проявляется менингеальным синдромом, спутанным сознанием, головной болью и рвотой.

О поражении периферической нервной системы свидетельствуют радикулярные и другие невралгические боли.

При развитии отека мозга, геморрагического энцефалита у больного возникают судороги и расстройство сознания. Такие осложнения нередко приводят к смерти.

Особенно опасны осложнения гриппа для детей до года, взрослых старше 60 лет, беременных и людей с хроническими заболеваниями.

Единственное надежное средство профилактики гриппа и его осложнений - вакцинация. Оптимальное время для ее проведения - период с сентября по ноябрь.

Если по каким-либо причинам вакцинацию провести не удалось, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены.

Во время подъема уровня заболеваемости гриппом постараться не посещать общественные места, не контактировать с больными людьми.

В случае подозрения у себя вирусной инфекции, в течение ближайших 48 часов обратиться к врачу.

Ни в коем случае не заниматься самолечением. Это может быть не только бесполезно, но и опасно.

Не пренебрегать лечением, которое назначил врач, своевременно принимать назначенные лекарственные средства.

Обязательный пункт в профилактике развития осложнений - соблюдение постельного режима во время болезни.

Важно понимать, что часто причина смерти от вируса гриппа — это несвоевременное обращение за медицинской помощью, отказ от лечения и вакцинации.

**Будьте здоровы!**



## ОРВИ – не только грипп

ОРВИ — самая распространенная в мире группа заболеваний. В лицо мы знаем только грипп. Но ОРВИ — это не только грипп, а что еще? Расскажем в этой статье.

Каждый человек на нашей планете неоднократно болел ОРВИ, или простудой, как часто мы говорим в быту. Практически все, так называемые «простудные» заболевания, вызывают вирусы.

На сегодня известно не менее 200 вирусов — виновников ОРВИ. Чаще всего это риновирусы, аденовирусы, энтеровирусы и респираторно-синцитиальные вирусы.

Все эти вирусы очень заразны и передаются чаще всего воздушно-капельным путём. Но и контактный путь возможен: через рукопожатия, поцелуи, предметы обихода, постельные принадлежности и детские игрушки.

Источник ОРВИ — больной человек. Часто заразным он становится еще до проявления первых клинических симптомов.

В большинстве случаев клинически ОРВИ проявляется в виде общей слабости, лихорадки, боли и першения в горле, головной и мышечной боли, заложенности носа и ринита.

При легкой степени заболевания возможно бессимптомное течение ОРВИ.

Эффективного противовирусного средства для лечения ОРВИ не существует, поэтому терапия обычно направлена на снятие симптомов.

Важно помнить, что при ОРВИ необходимо наблюдение у врача и строгий постельный режим — вирусное заболевание может осложниться бактериальной инфекцией.

Применение антибиотиков при ОРВИ категорически запрещается. Это не только нецелесообразно, но и может нанести существенный вред здоровью.

Как не заразиться ОРВИ:

Тщательно мыть руки с мылом после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике общественного пользования на рабочем месте, перед едой и приготовлением пищи.

При отсутствии доступа к воде и мылу - использовать дезинфицирующие средства для рук на спиртовой основе

Не прикасаться к лицу грязными руками.

Стараться не посещать места массового скопления людей в час-пик

Соблюдать социальную дистанцию

Использовать средства индивидуальной защиты в общественных местах.

И не забывайте о том, что грипп — это тоже ОРВИ, и для него есть мощное средство профилактики - вакцинация!

Будьте здоровы!





# ГРИПП МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ! ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

**САМЫМ ЭФФЕКТИВНЫМ СПОСОБОМ ПРОФИЛАКТИКИ  
ЯВЛЯЕТСЯ ВАКЦИНАЦИЯ.**

Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно.

## ПОЧЕМУ НУЖНА ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА:



**ГРИПП  
ОЧЕНЬ ЗАРАЗЕН**



**БЫСТРО  
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ**



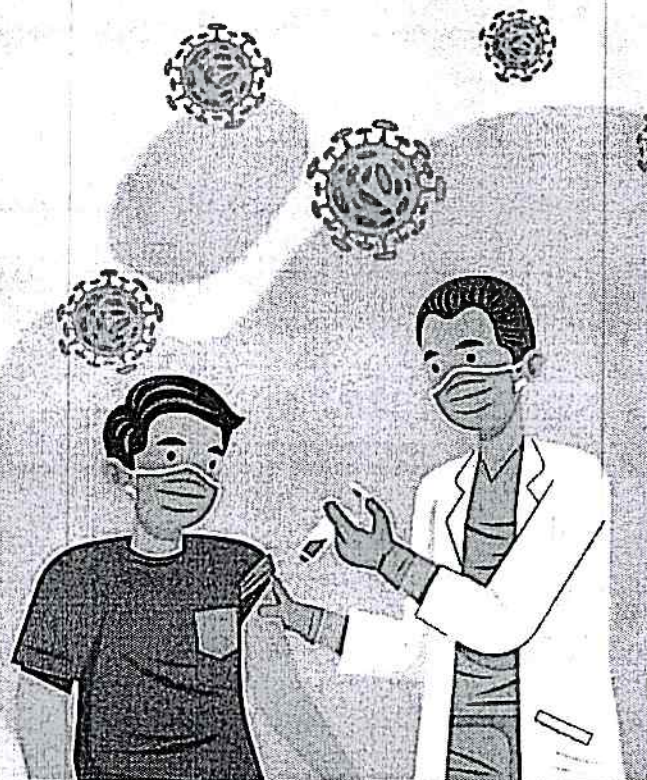
**Оптимальное время  
для вакцинации —  
сентябрь — ноябрь.**



**ВЫЗЫВАЕТ  
СЕРЬЕЗНЫЕ  
ОСЛОЖНЕНИЯ**



**ПРОТЕКАЕТ  
НАМНОГО ТЯЖЕЛЕЕ  
ДРУГИХ ОРВИ**



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Ваш Роспотребнадзор**





## Профилактика коклюша

Коклюш - это опасное инфекционное заболевание дыхательных путей, которое вызывается бактериями *Bordetella pertussis* (традиционно «коклюшевая палочка»).

Несмотря на широкое использование вакцинации, уровень заболеваемости коклюшем очень высок и в мире, и в России. Были проведены исследования, в результате которых было установлено, что 40% детей и подростков кашляют именно из-за коклюша. Также, коклюш является причиной хронического кашля у взрослых. Взрослые, являясь резервуаром инфекции, передают ее младенцам, не привитым или не достигшим возраста, когда проводится вакцинация против этого заболевания, либо детям, не привитым по тем или иным причинам. Заболеваемость у взрослых в настоящее время составляет около 25% случаев.

Первое описание этой болезни было дано французским врачом Гийеном де Байеном во время парижской эпидемии коклюша в 1538г.

Коклюш крайне заразен. Источником заражения может быть только человек (больной типичными или атипичными формами коклюша или здоровые бактерионосители).

Путь передачи инфекции – воздушно-капельный. Обильное выделение возбудителя происходит при чихании и кашле.

Инкубационный период при коклюше длится от двух дней до двух, максимум трех недель. Особенно опасны больные с 1 по 25 день заболевания. Люди обладают очень высокой восприимчивостью к коклюшу.

### Как проявляется коклюш.

После того как прошел инкубационный период у больного появляется насморк, чихание, общее недомогание, отсутствие аппетита, легкий кашель, который не уменьшается от противокашлевых средств. Этот период называется катаральный и длится он как обычная простуда 1-2 недели. Постепенно к 3 неделе кашель усиливается, особенно в ночное время. Так начинается новый период лающего кашля. После глубокого свистящего вдоха следует серия коротких кашлевых толчков, напоминающих лай собаки. Во время приступа кашля лицо больного краснеет или синеет, возможны носовые кровотечения или кровоизлияния в глаза. Кашель заканчивается выделением вязкой мокроты, иногда рвотой. В сутки таких приступов может быть 10-15. Этот период длится от недели до месяца, иногда дольше.

Процесс выздоровления затягивается на несколько месяцев. Постепенно улучшаются сон и аппетит.

### Осложнения коклюша.

Осложнения коклюша наиболее часто наблюдаются у детей младше 1 года, с повышенным риском тяжелого течения у недоношенных младенцев.

Очень часто детям требуется госпитализация.

Чаще всего коклюш вызывает осложнения, связанные с развитием вторичной бактериальной инфекции.

- Бактериальная пневмония - наиболее частое осложнение коклюша (является наиболее распространенной причиной смерти от коклюша)
- Бронхит, плеврит, эмфизема, коллапс легкого
- Гипоксия
- У детей раннего возраста коклюш может способствовать развитию бронхоэктатической болезни
- Синусит, отит, разрыв барабанных перепонок

- Обезвоживание
- Кровотечение из носа
- Ушибы
- Грыжи, разрыв мышц брюшной стенки
- Отслойка сетчатки
- Судороги
- Заболевания головного мозга
- Отставание в развитии

Коклюш у взрослых проходит довольно тяжело и может стать причиной серьезных осложнений, таких как судороги и энцефалопатия. У пациентов в возрасте старше 30 лет в 5-9 % случаев возникает пневмония. У женщин старше 50 лет в 34% случаев выявляется недержание мочи, связанное с коклюшем. Кроме того регистрируются такие осложнения, как переломы ребер, паховая грыжа, удушье, грыжа поясничного диска, обмороки.

#### Симптомы коклюша у взрослых:

- Общее недомогание и снижение аппетита
- Незначительное увеличение температуры тела, которое сопровождается насморком и небольшим кашлем, симптомы начинают быстро усиливаться
- Симптомы у взрослых напоминают симптомы бронхита, поэтому заболевание сразу выявить не очень просто.
- У некоторых болезнь проходит незаметно, что ведет к массовому инфицированию контактных лиц.

#### Коклюш и беременность

Любое инфекционное заболевание во время беременности может негативно влиять на развитие плода и вызывать у него различные врожденные пороки, например, глухоту, катаракту, поражение сердца, скелета. Так же коклюш может провоцировать выкидыш и рождение мертвого ребенка.

#### Лечение

Дети младшего возраста наиболее подвержены развитию осложнений коклюша и поэтому их зачастую госпитализируют.

При лечении коклюша назначают антибиотики, так же антигистаминные препараты.

- Обильное питье для предотвращения обезвоживания
- Частые приемы пищи малыми порциями для того чтобы во время рвоты уменьшить потерю жидкости
- В комнате больного должен быть прохладный воздух
- Не допускать наличие в воздухе раздражителей, которые могут спровоцировать приступы кашля (пыль, дым, вещества с резким запахом)
- Частые проветривания

Так как обычно приступы происходят в теплом и душном помещении вечером, больным рекомендуется спать с открытым окном.

Изоляция больного на 25 дней от начала заболевания. Карантин на контактных детей (возраст до 7 лет) на 14 дней.

#### Профилактика коклюша.

Для детей следует придерживаться графика прививок для АКДС (дифтерия, столбняк, коклюш). Вакцинация проводится в плановом порядке, в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок, утвержденным Приказом Министерства здравоохранения РФ от 2 марта 2014г № 125н.



Согласно Национальному календарю профилактических прививок вакцинация проводится с 3 месяцев жизни трехкратно с интервалом в 1.5 месяца. Ревакцинация через 1.5 года.

Для детей и взрослых, чье состояние не требует госпитализации есть несколько советов, которые позволяют облегчить течение болезни, снизят риск заражения окружающих и ускорят выздоровление:

- Изоляция больного, пока не пройден курс антибиотиков в течение 5 дней.
- Те, кто вступает в контакт с больными, должен носить хирургические маски.
- Хорошая профилактика – мытье рук.
- В очаге инфекции производится тщательная дезинфекция
- Детям до года и непривитым лицам, контактировавшим с больным, проводят экстренную профилактику.



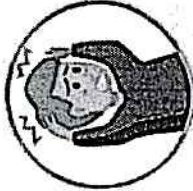


# ОСТОРОЖНО: ГРИПП!

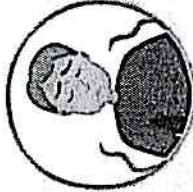
## СИМПТОМЫ ГРИППА



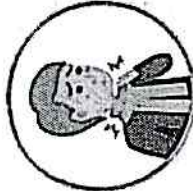
РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА  
И ОЗНОБ



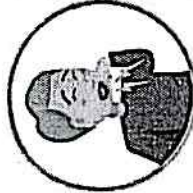
ГОЛОВНАЯ  
БОЛЬ



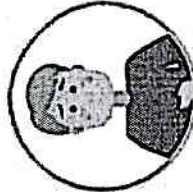
ЛОМТА В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ



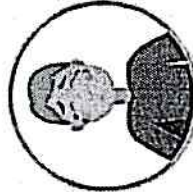
БОЛЬ,  
ПЕРШЕНЬ  
В ГОРЛЕ



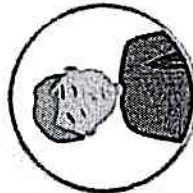
СУХОЙ  
КАШЕЛЬ



ЖЕЛУДОЧНО-  
КИШЕЧНЫЕ  
РАССТРОЙСТВА

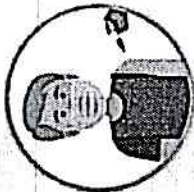


СВЕТОБОЯЗНЬ



ОБЩЕЕ  
НЕДОМОГАНИЕ,  
СЛАБОСТЬ

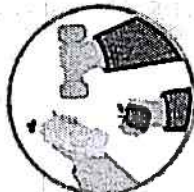
## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ  
ОТ ГРИППА



РЕГУЛЯРНО  
МОЙТЕ РУКИ



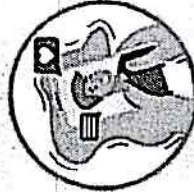
ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
МАСКИ



ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ  
В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАЙТЕ ЛИЧНЫХ  
КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ



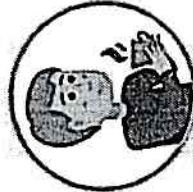
ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА



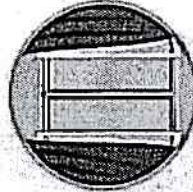
СОБЛЮДАЙТЕ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ



ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ  
ЖИДКОСТИ



РЕГУЛЯРНО  
ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ

Ваш Роспотребнадзор





## **1. Зачем нужно делать прививку от гриппа?**

Введение вакцин – самая эффективная мера профилактики гриппа, которая существует сегодня. Прививка от гриппа формирует у человека иммунитет и тем самым предотвращает риск тяжелого течения заболевания. Благодаря этому снижается количество летальных исходов и серьезных осложнений.

Кроме того, грипп очень заразен, распространяется молниеносно, и чтобы предотвратить серьезные вспышки заболевания, необходимо с помощью вакцинации формировать коллективный иммунитет. Это позволяет прервать передачу инфекции.

## **2. Кому можно и нужно делать прививку от гриппа?**

Вакцинация показана всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости. Особенно важно делать прививку детям первых пяти лет жизни, потому что у этой категории заболевание зачастую протекает тяжело. В группе риска также люди в возрасте 60+, беременные и те, кто страдает хроническими заболеваниями и имеет ослабленный иммунитет.

## **3. Когда нужно делать прививку?**

В России сезон гриппа, как правило, начинается в ноябре-декабре. Вакцинация должна проводиться за 2-3 недели до начала роста заболеваемости, чтобы иммунитет успел сформироваться. Оптимальный период – с сентября по ноябрь. Прививаться рекомендуется каждый год, чтобы «освежить» иммунную память организма.

## **4. Есть ли противопоказания?**

Прививка от гриппа считается относительно безопасной, однако противопоказания все же есть. Это, прежде всего, аллергия на куриный белок. Куриные эмбрионы применяются при изготовлении целого ряда препаратов. Однако сейчас существуют вакцины нового поколения, которые не содержат куриного белка или же содержат его в минимальном количестве.

Также нельзя делать прививку в период обострения хронических заболеваний, при кишечных инфекциях, при острых лихорадочных состояниях. Если человек страдает от сезонных аллергий, нужно дождаться, когда состояние улучшится.

## **5. Что нужно перед проведением прививки против гриппа?**

Посетить лечащего врача. Он проведет осмотр и соберет анамнез, чтобы выявить заболевания, в том числе хронические, наличие реакций или осложнений на предыдущее введение препарата, аллергических реакций на лекарственные препараты, продукты, индивидуальные особенности организма. При необходимости могут назначить анализы. Непосредственно перед введением вакцины измеряется температура.

## **6. Можно ли заболеть гриппом в результате вакцинации?**

Вакцина содержит инактивированный вирус, который не может послужить причиной заболевания гриппом. Если появляется слабость или немного повышается

температура, это считается нормальной реакцией иммунной системы на вакцину. Это состояние обычно длится не более одного-двух дней.

#### **7. Какие побочные эффекты может вызвать вакцина от гриппа?**

Вакцинация против гриппа доказала свою безопасность. Иногда человек ощущает несильную боль в месте укола, недомогание, в частности головную боль, умеренное повышение температуры. В большинстве случаев эти реакции не требуют терапевтического вмешательства и быстро проходят. Серьезные побочные эффекты встречаются крайне редко.

#### **8. Почему даже те, кто сделал прививку, заболевают гриппом?**

Каждый год в мире циркулируют несколько разновидностей вируса гриппа, и человек, даже будучи привит от конкретных штаммов, может заразиться другим – тем, против которого вакцину не получал.

#### **9. Откуда известно, какие вирусы гриппа придут к нам в предстоящем эпидсезоне?**

Вирус гриппа циркулирует по определенным биологическим законам. Как правило, вирус, вызвавший весной подъем заболеваемости в юго-восточной Азии, осенью приходит в Европу.

В мире существует несколько сотен лабораторий, которые следят за вирусами гриппа. Эксперты ВОЗ анализируют собранные данные и ежегодно перед началом нового эпидемического сезона по гриппу выпускают рекомендации по штаммам гриппа, которые следует включить в вакцину. Состав трех- и четырехвалентных вакцин публикуется на официальном сайте организации.

#### **10. В чем отличие трехвалентных и четырехвалентных вакцин?**

Трехвалентные вакцины включают в свой состав штаммы трех вирусов сезонного гриппа: пандемического А (H1N1), А (H3N2) и вируса гриппа В. Более новые -- четырехвалентные вакцины содержат уже не один, а два штамма вируса из группы В. Считается, что такая вакцина надежнее защищает от заболевания. Однако и трехвалентная вакцина доказала свою эффективность.

# Можно ли заболеть гриппом после прививки?



**Да, но благодаря вакцинации:**

Заболевание будет  
протекать в **ЛЕГКОЙ**  
форме

Риск развития  
осложнений гриппа  
**МИНИМАЛЕН**

Выздоровление  
наступит **БЫСТРЕЕ**

