

Геморрагические явления:

- кровоизлияния в слизистые рта, глаз, кожи
- носовые кровотечения
- покраснение лица при общей бледности кожных покровов

Симптомы гриппа, требующие неотложной госпитализации, вызова скорой помощи:

- температура 40°C и выше
- нарушение сознания - бред или галлюцинации
- судороги
- появление геморрагической сыпи на коже
- сильная головная боль
- одышка
- сохранение высокой температуры дольше 5 дней

Тяжелее переносят грипп лица, страдающие хроническими заболеваниями, сахарным диабетом, врожденными или приобретенными пороками сердца, беременные, пожилые люди старше 65 лет, дети до 2 лет и лица с иммунодефицитом



Профилактика гриппа:

- своевременно делать прививки от гриппа
- ограничить контакты с больными гриппом людьми
- соблюдать правила личной гигиены: мыть руки после контакта с предметами, на которых могут оставаться вирусы, не дотрагиваться грязными руками до лица (нос, рот, глаза)
- чаще проветривать помещения
- носить медицинские маски
- укреплять иммунитет

Для укрепления иммунитета необходимо:

- полноценное питание
- регулярная физическая активность
- соблюдение режима труда и отдыха
- полноценный сон
- повышение стрессустойчивости
- отказ от вредных привычек

Вакцины против гриппа ежегодно обновляются, при повторных вакцинациях эффективность возрастает!

ВНИМАНИЕ! ГРИПП!



РЖД МЕДИЦИНА



**НУЗ Отделенческая больница
на станции Ершов**

В настоящее время выявлено более 2000 вирусов гриппа.

По оценкам ВОЗ во время сезонных эпидемий в мире ежегодно умирают от 250 до 500 тыс. человек (большинство из них старше 65 лет)



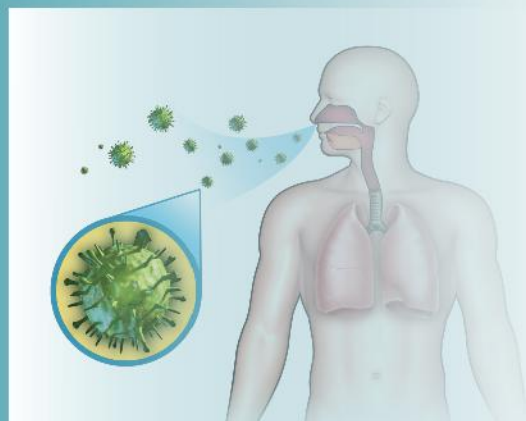
Грипп - это острое вирусное заболевание, поражающее верхние и нижние дыхательные пути, сопровождающееся выраженной интоксикацией, осложнениями и возможностью летального исхода, в основном у пожилых и детей

Грипп - по способу заражения и основным проявлениям является разновидностью острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ)

Источник инфекции - больной человек.

Пути передачи

- воздушно-капельный - вирусы могут попасть непосредственно из воздуха, при тесном контакте с больным человеком



- контактный - через руки или при использовании общих с больным предметов гигиены



Проникая в клетку вирус гриппа начинает активно размножаться и за несколько часов поражает практически всю слизистую верхних дыхательных путей. Через 2-5 суток вирус перестает выделяться в окружающую среду, больной человек перестает быть опасным

Инкубационный период - от момента заражения до первых проявлений заболевания проходит в среднем от нескольких часов до 2 суток (А,С), реже до 4 суток (грипп В).

Грипп всегда начинается остро - больной может точно указать время начала симптомов.

По тяжести течения выделяют - легкое, средней тяжести и тяжелое течение. Во всех случаях в той или иной степени присутствуют признаки интоксикации и катаральные явления.

Симптомы гриппа

- высокая температура: при легком течении 38°C, средней тяжести 39-40°C, при тяжелом течении выше 40°C
- озноб
- головная боль - особенно в области лба
- сильная боль при движении глазных яблок
- боли в мышцах, пояснице, суставах
- слабость, недомогание
- ухудшение аппетита, тошнота, рвота

Катаральные явления (7-10 дней):

- боль в горле
- кашель, при неосложненном течении это обычно сухой кашель
- осиплость голоса
- резь в глазах, слезотечение