



Сезонный грипп - острая вирусная инфекция, вызываемая вирусами гриппа.

Существует **три типа вирусов сезонного гриппа - А, В и С.**

Вирусы гриппа типа А подразделяются на подтипы, в соответствии с различными видами и сочетаниями поверхностных белков вируса. Вирусы гриппа циркулируют во всех частях мира.

Вакцины от сезонного гриппа содержат только вирусы гриппа А и В (вирус гриппа С – редко встречается).

Признаки и симптомы. Для сезонного гриппа характерны внезапное появление высокой температуры, кашель (обычно сухой), головная боль, мышечная боль и боль в суставах, сильное недомогание (плохое самочувствие), боль в горле и насморк. Большинство людей выздоравливает самостоятельно. Но грипп может приводить к развитию тяжелой болезни или смерти у людей из групп повышенного риска. Период между инфицированием и заболеванием, известный как инкубационный период, длится около двух дней.

Кто подвергается риску? Ежегодные эпидемии гриппа могут оказывать серьезное воздействие на все возрастные группы, но самый высокий риск развития осложнений угрожает детям в возрасте до двух лет, взрослым в возрасте 65 лет и старше и людям любого возраста с определенными заболеваниями, такими как хронические болезни сердца, легких, почек, крови и болезни обмена веществ (например, диабет), или с ослабленной иммунной системой.

Грипп крайне опасен своими осложнениями: легочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа; осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит); осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит); осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты). Грипп часто сопровождается обострением имеющихся хронических заболеваний с частой

декомпенсацией их течения, что может угрожать жизни человека.

Передача инфекции. Сезонный грипп передается легко и может быстро распространяться в школах, домах престарелых и инвалидов, на предприятиях и в городах. Когда инфицированный человек кашляет, инфицированные капельки попадают в воздух. Их может вдохнуть другой человек и подвергнуться воздействию вируса. Вирус может также передаваться через руки, инфицированные вирусом. Для предотвращения передачи люди должны прикрывать рот и нос при кашле носовым платком и регулярно мыть руки.

Профилактика. Самым эффективным путем профилактики болезни или ее тяжелых последствий является вакцинация. Вот уже более 60 лет имеются и используются безопасные и эффективные вакцины. Противогриппозная вакцина может обеспечить надежную защиту. Даже в случае развития заболевания проведенная вакцинация ослабляет тяжесть течения гриппа и значительно уменьшает число случаев развития осложнений и смерти. Вакцинация особенно важна для людей из групп повышенного риска развития серьезных осложнений гриппа, а также для людей, живущих вместе с людьми из групп высокого риска или осуществляющих уход за ними. Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но в первую очередь показана контингентам из групп риска: детям, начиная с 6 месяцев, людям в возрасте старше 60 лет; лицам, страдающим хроническими заболеваниями, медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания, транспорта. Вакцинация проводится не позднее, чем за 2-3 недели до начала эпидемического подъема заболеваемости. В период эпидемического подъема заболеваемости рекомендуется принимать меры неспецифической профилактики: избегать контактов с лицами, имеющими признаки заболевания; сократить время пребывания в местах массового скопления людей и в общественном транспорте; носить медицинскую маску (марлевую повязку); регулярно и тщательно мыть руки с мылом или протирать их специальным средством для обработки рук; осуществлять влажную уборку, проветривание и увлажнение воздуха в помещении; вести здоровый образ жизни (полноценный сон, сбалансированное питание, физическая активность). В целях повышения устойчивости организма к респираторным вирусам, в том числе, к вирусам гриппа, как мера неспецифической профилактики, используются различные препараты и средства, повышающие иммунитет.



~~Решение о проведении профилактических мероприятий по предупреждению распространения гриппа и ОРВИ принимается на заседании комитета по охране здоровья.~~