

Профілактика грипу та ГРВІ

Переглядів: 15

27 листопада 2024



Зазвичай у осінній період з настанням холодів підвищується рівень захворюваності населення на грип та гострі респіраторні вірусні інфекції.

Грип - це гостра вірусна інфекція з можливим розвитком тяжких ускладнень та ризиком смерті. Для грипу характерні симптоми схожі до ознак інших гострих респіраторних вірусних інфекцій (ГРВІ).

Для грипу характерний раптовий початок, підвищення температури тіла до 38 °C і більше, головний біль, ломота у м'язах і суглобах, біль у горлі. Грип викликає тяжкі ускладнення та навіть летальність серед осіб із груп підвищеного ризику або при пізньому зверненні до лікаря.

Захворюваність часто ускладнюється пневмонією, серцевою недостатністю. При тяжкому перебігу хвороби швидко розвивається дихальна недостатність, що може призвести до летального наслідку.

Грип дуже легко передається від людини до людини повітряно-крапельним шляхом - коли хворий кашляє, чхає чи просто говорить. Хвора людина навіть із легкою формою грипу становить небезпеку для оточення протягом усього періоду прояву симптомів - в середньому це 7 днів.

Щоб не провокувати ускладнення власної хвороби та не наражати інших людей на небезпеку, при появі перших симптомів грипу хвора людина обов'язково повинна залишатися вдома. Такими симптомами є:

- підвищена температура тіла;
- біль у горлі;
- кашель;
- нежить;
- біль у м'язах.

З будь-якими з перелічених симптомів варто звернутися до лікаря. Призначене симптоматичне лікування у домашніх умовах може бути достатнім для одужання. Якщо стан хворого не погіршився, необхідно продовжити лікування вдома до повного зникнення симптомів. Але якщо стан хворої людини погіршується, не треба зволікати з госпіталізацією, адже під загрозою може бути її життя. Потрібно викликати швидку чи терміново звернутися до медичного закладу, якщо наявні наступні симптоми:

- утруднення дихання;
- висока температура тіла, яка довго не знижується;
- порушення свідомості - надмірна сонливість чи збудженість;
- біль у грудній клітці.

Продовжувати лікування вдома за наявності таких симптомів небезпечно.

Вірус грипу небезпечний. При дотриманні кількох простих речей можна легко уникнути зараження грипом навіть під час епідемії.

Заходи щодо профілактики грипу та ГРВІ:

- уникнення контакту з хворими;
- обмеження відвідування місць великого скупчення людей;
- часте провітрювання приміщень;
- часте миття рук з милом;
- не торкатися немитими руками очей, носа, рота;
- уникнення рукоштовань з особами, що мають ознаки вірусної інфекції;
- прикривання носа та рота під час чхання або кашлю одноразовою серветкою, яку одразу ж після використання потрібно викинути.

Найефективнішою профілактикою грипу є проведення щорічної вакцинації. Особливо важливою вона є для осіб, віднесених до груп ризику, серед яких медичні працівники, вагітні, літні люди, люди із хронічними захворюваннями.

Бережіть себе та своє здоров'я!

Могилів-Подільське районне управління

Головного управління Держпродспоживслужби у Вінницькій області



Слідкуйте за новинами Могилів-Подільської міської ради також у соціальних мережах



НАША СТОРІНКА У

facebook



НАШ КАНАЛ У

Telegram