**О гриппе и ОРВИ**.

В структуре инфекционных заболеваний грипп и ОРВИ составляют около 90%, являются самыми массовыми и распространенными болезнями человека. Учеными выявлено около 200 разновидностей вирусов вызывающих ОРВИ, в том числе и вирус гриппа. Все ОРВИ передаются воздушно-капельным путем, имеют короткий инкубационный период, проявляются непродолжительной лихорадкой, интоксикацией, катаральными явлениями (болями в горле, насморком, кашлем, слезотечением). Особое место занимает грипп. По данным ВОЗ до 15% населения заболевает при ежегодных вспышках гриппа. У части больных возникают тяжелые осложнения, причем не только у лиц с заболеванием сердца и органов дыхания, но и у молодых пациентов без сопутствующих нарушений здоровья.

Несмотря на 85- летнюю историю изучения вируса гриппа, он до сих пор остается «малоуправляемой» инфекцией.

В ХХ веке было зарегистрировано 3 пандемии, вызванных вирусом гриппа А . Это «испанка» в 1918-1919 гг., которая унесла более 50млн. жизней во всем мире. В 1957-1958 гг. от «азиатского гриппа» умерли около70 000 человек, а в1968-1969гг. «гонконгский грипп» унес около 34 000 . В ХХ1 веке мир охватила новая пандемия в 2009 году, длилась она 15 месяцев, затронула 214 стран, заболели около 50 млн. человек. Вирус А /Н1N1 поначалу был назван «свиным». Официально эпидемия закончилась в августе 2010г. , но циркуляция вируса продолжается до сих пор. В эпидсезон 2016/2017гг. 15% населения России болели ОРВИ , около 50 000 гриппом, было 40 смертельных исходов.

Сегодня вакцинация является эффективным методом борьбы с гриппом, по данным исследований она оказывает влияние и на заболеваемость ОРВИ. Среди других методов профилактики: здоровый образ жизни, закаливание, избегание контактов с больными , гигиенические мероприятия: проветривания помещений, влажная уборка, увлажнение сухого воздуха жилых помещений.

В случае заболевания необходимо обратиться к врачу. Лечение назначает врач!

Надо знать, что грипп начинается внезапно с подъема температуры, головных болей, болей в мышцах, суставах, озноба, саднения по ходу трахеи. Катаральные явления: сухой кашель, насморк, першение в горле могут появиться позже. При ОРВИ на первое место выходит насморк, боли в горле, сухой или влажный кашель, слезотечение, как правило, начало заболевания постепенное, температура поднимается до невысоких цифр. При подозрении на грипп показана обязательная госпитализация пациентов старше 65 лет при обострении сопутствующих болезней, беременных на любом сроке и в послеродовом периоде, всех заболевших с тяжелым течением гриппа и ОРВИ.

Берегите себя, прививайтесь и будьте здоровы.

Либерг Е. Э., заведующая 1 терапевтическим отделением

ГБУЗ Поликлиника № 37, врач терапевт высшей категории,

депутат МО Владимирский округ.