

Грипп

Грипп – это вирусная инфекция, поражающая нос, горло и иногда легкие. Как правило, для практически здоровых людей грипп неопасен.

Причины развития

Вирусы, вызывающие грипп, постоянно существуют вокруг нас. Чихая, кашляя, разговаривая, заболевшие люди, разбрызгивают в воздухе мельчайшие капельки, в которых и находятся вирусы. Врачи говорят, что грипп передается воздушно-капельным путем.

Симптомы гриппа

В острый период болезни у вас может быть высокая температура, головная боль, **боли в мышцах** и суставах (ломота), за которыми очень быстро последует насморк, кашель и боль в горле. Такое состояние может продолжаться неделю.

Лечение

Обильное питье. Свежий лимонный сок, смешанный с медом и горячей водой, теплое молоко с медом уменьшают **боль в горле** и смягчают сухой кашель.

Можно принять лекарства, которые облегчают боль и уменьшают температуру.

Грипп вызывается вирусами, поэтому применение антибактериальных препаратов не поможет. Антибиотики назначает врач только в случае развития осложнений, вызываемых бактериями.

Профилактические меры

Если у вас высокий риск развития осложнений или высокая вероятность заболевания гриппом (в т.ч. связанная с профессией: милиционеры, медицинские работники, учителя, работники детских учреждений), то врач может предложить сделать прививку. Вакцинацию против гриппа лучше проводить в октябре-ноябре. Вы можете сами обратиться к врачу или в прививочные центры. Проведение вакцинации не дает 100% гарантии, что вы не заболите, но значительно снижает риск заболевания.

Вакцины меняются ежегодно, в зависимости от видов вирусов, которые предположительно приведут к развитию эпидемии. Вакцинацию не проводят детям младше 6 месяцев, людям с аллергией на куриный белок или тем, у которых ранее была реакция на введение вакцины против гриппа.