**Грипп — симптомы, причины, виды, лечение и профилактика гриппа**



**Грипп** (grippus) – острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызванное [вирусом гриппа](https://medicina.dobro-est.com/virus-grippa-a-b-c-d-simptomyi-lechenie-klassifikatsiya-i-profilaktika-virusa-grippa.html), принадлежащего вирусам РНК (рибонуклеиновой кислоты), входящих в группу ОРВИ. Грипп – это чрезвычайно заразное инфекционное заболевание, опасное своими осложнениями, поражающее верхние дыхательные пути и протекающее с высокой температурой, резкой слабостью, сильной головной болью и мышечными болями, тошнотой, рвотой.

Во многих европейских странах грипп получил название — «инфлюэнция» (итал. Influenza), что в переводе обозначает — «воздействие».

Грипп принадлежит к заболеваниям группы [ОРВИ](https://medicina.dobro-est.com/orvi-opisanie-simptomyi-prichinyi-lechenie-i-profilaktika-orvi.html) (острых респираторных вирусных инфекций).

Грипп распространяется периодически в виде эпидемий или пандемий.

**Как передается грипп?**

Заражение гриппом происходит от больного человека, воздушно-капельным путем — с каплями слюны или мокроты при дыхании, разговоре или чихании. Также грипп передается воздушно-пылевым и контактно-бытовым путями — через грязные руки и через пищу (если пищу обработали термически недостаточно).

Продолжительность [инкубационного периода](https://medicina.dobro-est.com/inkubatsionnyiy-period-infektsii-i-bolezni.html) составляет от 4-12 часов до 3 суток.

В большинстве случаев грипп завершатся полным выздоровлением. В среднем сроки нетрудоспособности составляют от 5-7 дней и до 21 дня в случае присоединения пневмонии.

**Виды и типы гриппа**

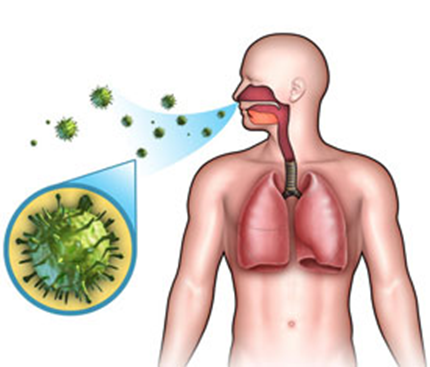
На сегодня, выявлено более 2000 вариантов вируса гриппа.

Грипп подразделяется на:

— тип А (подтипы А1, А2);  
— тип B;  
— тип С.

Причиной большинства эпидемий является вирус гриппа типа А, его разновидности многочисленны, он способен заражать как людей, так и животных (птичий грипп, свиной грипп и др.), а также, способен к быстрым генетическим изменениям.

Вирусы гриппа типа B часто не вызывают эпидемии и переносятся намного легче, чем грипп типа А.

Заболеваемость гриппом типа С носит характер лишь единичных случаев и протекает в легкой или вообще бессимптомной форме. 

**Причины гриппа и механизм заболевания**

Вирусы гриппа постоянно мутируют (меняются), что помогает гриппу часто уклоняться от иммунной системы человека или животного, тем самым, усложняя процесс диагностики и дальнейшего лечения гриппа.

Заболевший человек, чихая, кашляя или разговаривая, разбрызгивает в воздух мельчайшие частички, в которых находиться вирус гриппа. Далее, вирус гриппа, попадая на поверхность слизистой верхних дыхательных путей, внедряется в клетки и начинает стремительно размножаться. Он разрушает клетку организма и вместе с токсинами проникает в кровь. Распространяясь в организме, он поражает иммунную, сердечно–сосудистую и нервную системы. На фоне этого создаётся благоприятная среда для присоединения других инфекций и развития осложнений, таких как [ангина](https://medicina.dobro-est.com/angina-opisanie-simptomyi-vidyi-i-lechenie-anginyi.html), [тонзиллит](https://medicina.dobro-est.com/tonzillit-opisanie-simptomyi-prichinyi-i-lechenie-tonzillita.html), [бронхит](https://medicina.dobro-est.com/bronhit-bronchitis-opisanie-vidyi-prichinyi-profilaktika-i-lechenie-bronhita.html), [пневмония](https://medicina.dobro-est.com/pnevmoniya-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-pnevmonii.html), [синусит](https://medicina.dobro-est.com/sinusit-prichinyi-simptomyi-vidyi-i-lechenie-sinusita.html), и др.

**Симптомы гриппа**



В первые дни человек заболевший гриппом имеет вид как бы заплаканного, наблюдается выраженное покраснение и одутловатость лица, блестящие и красноватые глаза с «огоньком». Слизистая оболочка неба, дужек и стенок глотки ярко красного цвета.

**Другие признаки гриппа:**

— [озноб](https://medicina.dobro-est.com/oznob-prichinyi-simptomyi-lechenie-i-profilaktika.html), сменяющийся жаром;  
— повышенная потливость;  
— [повышенная температура тела](https://medicina.dobro-est.com/povyishennaya-i-vyisokaya-temperatura-tela-37-38-39-40-s.html), от 39 до 40°C и выше;  
— сухость и першение в горле;  
— [головная боль](https://medicina.dobro-est.com/golovnaya-bol-prichinyi-i-snyatie-golovnoy-boli.html);  
— [слабость](https://medicina.dobro-est.com/slabost-upadok-sil-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-slabosti.html), разбитость;  
— боль в мышцах и в [суставах](https://medicina.dobro-est.com/bol-v-sustavah-artralgiya-prichinyi-vidyi-simptomyi-i-lechenie-boli-v-sustavah.html), с ломотой по всему телу;  
— [головокружения](https://medicina.dobro-est.com/golovokruzhenie-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-golovokruzheniya.html);  
— светобоязнь;  
— нарушение сна – [бессонница](https://medicina.dobro-est.com/bessonnitsa-opisanie-prichinyi-profilaktika-i-lechenie-bessonnitsyi.html);  
— заложенность носа при скудных выделениях.

**Осложнения гриппа:**

— отек легких;  
— отек голосовых связок;  
— отек мозга;  
— [менингит](https://medicina.dobro-est.com/meningit-simptomyi-prichinyi-vidyi-i-lechenie-meningita.html);  
— [аритмия](https://medicina.dobro-est.com/aritmiya-prichinyi-simptomyi-vidyi-i-lechenie-aritmii.html);  
— [миокардит](https://medicina.dobro-est.com/miokardit-simptomyi-vidyi-prichinyi-i-lechenie-miokardita.html);  
— аллергизация организма, возможно развитие [бронхиальной астмы](https://medicina.dobro-est.com/bronhialnaya-astma-prichinyi-simptomyi-vidyi-lechenie-i-profilaktika-astmyi.html), [гломерулонефрита](https://medicina.dobro-est.com/glomerulonefrit-simptomyi-prichinyi-i-lechenie-glomerulonefrita.html);  
— невралгия;  
— [радикулит](https://medicina.dobro-est.com/radikulit-simptomyi-prichinyi-vidyi-i-lechenie-radikulita.html);  
— [эндокардит](https://medicina.dobro-est.com/endokardit-simptomyi-vidyi-prichinyi-i-lechenie-endokardita.html),

— [пневмония](https://medicina.dobro-est.com/pnevmoniya-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-pnevmonii.html) (на 4-5 день болезни);  
— [острый синусит](https://medicina.dobro-est.com/sinusit-prichinyi-simptomyi-vidyi-i-lechenie-sinusita.html) ([гайморит](https://medicina.dobro-est.com/gaymorit-lat-highmoritis-opisanie-prichinyi-vidyi-diagnostika-profilaktika-i-lechenie-gaymorita.html), [фронтит](https://medicina.dobro-est.com/frontit-prichinyi-simptomyi-vidyi-i-lechenie-frontita.html));  
— [фарингит](https://medicina.dobro-est.com/faringit-opisanie-vidyi-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-faringita.html);  
— [отит](https://medicina.dobro-est.com/otit-opisanie-vidyi-profilaktika-i-lechenie-otita.html);  
— [тонзиллит](https://medicina.dobro-est.com/tonzillit-opisanie-simptomyi-prichinyi-i-lechenie-tonzillita.html).

Гриппозная инфекция может активировать скрытые очаги инфекции в любой части организма (например, в мочеполовой, дыхательной, нервной или другой системе).

По статистике, летальные исходы чаще всего случаются у детей до 2х лет и лиц, старше 65 лет.

**Лечение гриппа**

Лечение гриппа, в большинстве случаев, проводится дома. Только тяжелое течение болезни или наличие одного из следующих опасных симптомов гриппа требует госпитализации:



— [температура 40°C](https://medicina.dobro-est.com/povyishennaya-i-vyisokaya-temperatura-tela-37-38-39-40-s.html) и больше;  
— [рвота](https://medicina.dobro-est.com/rvota-prichinyi-simptomyi-i-lechenie-rvotyi.html);  
— судороги;  
— одышка;  
— [аритмия](https://medicina.dobro-est.com/aritmiya-prichinyi-simptomyi-vidyi-i-lechenie-aritmii.html);  
— снижение артериального давления.

**ПРОФИЛАКТИКА**

* Сегодня уже доказано, что основным методом специфической профилактики гриппа является вакцинация или как мы ее называем - прививка, что стимулирует организм к выработке защитных антител, которые предотвращают размножение вирусов. Благодаря этому, заболевание предупреждается еще до его начала. Вакцинацию лучше проводить осенью (сентябрь-ноябрь), поскольку заболевания гриппом начинают регистрироваться, как правило, между ноябрем и мартом.
* После постановки прививки иммунитет вырабатывается в течение двух недель, поэтому вакцинация начинается заранее. Во время проведения прививки вы должны быть здоровы. После проведения профилактической прививки в течение нескольких дней следует предохраняться как от переохлаждения, так и от перегревания.



**Кому показана вакцинация** против гриппа

* часто болеющие;
* страдающие хроническими заболеваниями органов дыхания;
* страдающие болезнями или пороками развития центральной нервной системы;
* с врожденными или приобретенными пороками сердца, нарушениями сердечного ритма;
* с болезнями крови,
* страдающие эндокринными заболеваниями (сахарный диабет),
* дети, которых лечат препаратами, подавляющими иммунную систему,
* дети, посещающие детские учреждения



**...а кому - нет**

от любых вакцинаций, в том числе и противогриппозной, стоит отказаться тем, у кого:

- есть аллергия на куриные яйца;

- во время вакцинации внезапно обострились аллергические или хронические заболевания (после выздоровления нужно подождать не меньше двух недель, чтобы сделать прививку);

- ОРВИ с температурой. Также должно пройти не менее двух недель после выздоровления.

**Кроме того, необходимо соблюдать следующее:**

* комфортный температурный режим помещений;
* регулярное проветривание, влажная уборка помещений;

необходимо одеваться по погоде



* Избегайте прикосновений ко своему рту и носу
* Соблюдайте «дистанцию» при общении
* Тщательно и часто мойте руки с мылом или протирайте их дезинфицирующими средствами,
* здоровый образ жизни:
* - достаточный сон;
* - правильное питание;
* - закаливание;
* - физическая активность.



Прикрывайте рот и нос при чихании или кашле;