

Грипп. Банальная простуда или опасная инфекция?

Грипп – это одно из самых распространенных вирусных заболеваний, которым болевают миллионы людей по всему миру. Грипп представляет собой серьезную угрозу жизни и здоровью населения, особенно для уязвимых групп – «групп риска»: детей, беременных женщин, пожилых людей, лиц с хроническими заболеваниями.

Неоправданно недооценивать грипп, поскольку осложнения, такие как пневмония, могут приводить к серьезным последствиям и даже летальному исходу. Поэтому осведомленность о гриппе и мерах его профилактики является важной частью общественного здоровья.

Многие из нас привыкли называть любое недомогание «простудой» и не считают это состояние опасным. На самом деле между всеми острыми респираторными заболеваниями есть сходство. Однако, все они имеют разных возбудителей, по-разному протекают и приводят к разным последствиям и осложнениям.

Главное отличие гриппа от ОРВИ – возбудитель заболевания и связанные с ним особенности течения болезни. Возбудителем ОРВИ может являться любой из более чем 200 вирусов (аденовирусы, парагрипп, риновирусы, коронавирусы и пр.). Все они вызывают похожие симптомы и требуют одинакового лечения. С гриппом все иначе: его вызывает конкретный вирус, который существует в 3 разных типах и постоянно мутирует и видоизменяется.

Существуют основные отличия гриппа от ОРВИ, но симптомы могут «камуфлироваться», картина болезни может быть стертой – поэтому не стоит заниматься самолечением и нужно обязательно обратиться к врачу!

Грипп обычно начинается резко: в течение часа или двух поднимается очень высокая температура, начинается озноб. Человек ощущает сильную слабость, при этом никаких респираторных признаков заболевания может и не быть. В то же время, ОРВИ развивается постепенно и начинается с небольшой слабости и першения в горле.

Общее состояние заболевшего человека при ОРВИ обычно легче – небольшая слабость из-за повышенной температуры, неприятные симптомы (насморк, боль или першение в горле). Во время гриппа человек ощущает сильную ломоту в теле, у него пропадает аппетит, а слабость и головокружение буквально не дают встать с постели. А главное, после перенесенного гриппа слабость может сохраняться в течение недели и даже дольше.

Полное выздоровление при ОРВИ обычно наступает уже через неделю. А вот грипп длится дольше: от 10 дней до 2-3 недель.

Многие люди, принимая грипп за обычную простуду, начинают заниматься самолечением, что может усугубить ситуацию. Самостоятельное назначение тех же противовирусных препаратов могут не дать никакого эффекта либо вовсе усугубить течение болезни.

Самый надежный способ избежать гриппа – это вакцинация, которую необходимо проходить ежегодно, поскольку состав вакцин меняется согласно прогнозам Всемирной организации здравоохранения в зависимости от циркулирующих штаммов вируса.

Прививаться от гриппа можно и нужно, начиная с 6 месяцев жизни и далее без ограничения по возрасту!

Вакцинация в сезоне 2024-2025 будет осуществляться за счет бюджетных средств вакциной «Гриппол Плюс» производства Российской Федерации. Для вакцинации на платной основе будет применяться четырехкомпонентная вакцина «Ваксигрип Тетра» производства Франции. Вакцины против гриппа проходят контроль качества, являются неживыми (не способны вызвать заболевание гриппом) и имеют опыт применения в нашей стране.

Кроме того, защищая себя от гриппа и ОРВИ, важно помнить о необходимости соблюдать респираторный этикет: при кашле или чихании прикрывать рот и нос локтем или носовым платком, мыть руки с мылом, чтобы не заразить окружающих.

Наконец, следует подчеркнуть значимость здорового образа жизни в профилактике гриппа и ОРВИ. Регулярные физические нагрузки, сбалансированное питание и достаточное количество сна укрепляют иммунную систему, что может помочь организму лучше сопротивляться инфекциям, включая грипп.

Соблюдение этих рекомендаций в сочетании со своевременной вакцинацией помогут защитить ваше здоровье!