

Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска!



В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекции напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски

в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путём, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с заражённым человеком

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирус через нос и рот.

- Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.
- Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем, как приближаться к другим людям.
- Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.
- Носите маску, когда находитесь в людных местах.
- Используйте маску однократно, повторное использование маски недопустимо.
- Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.
- Если маска увлажнилась, её следует заменить на новую.
- После использования маски, выбросьте её и вымойте руки.

Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании - надёжный и эффективный метод снижения риска заражения и предотвращения распространения гриппа, коронавируса и других возбудителей ОРВИ



ОРВИ - не только грипп



ОРВИ — самая распространенная в мире группа заболеваний. В лицо мы знаем только грипп. Но ОРВИ — это не только грипп, а что еще? Расскажем в этой статье.

Каждый человек на нашей планете неоднократно болел ОРВИ, или простудой, как часто мы говорим в быту. Практически все, так называемые «простудные» заболевания, вызывают вирусы.

На сегодня известно не менее 200 вирусов — виновников ОРВИ. Чаще всего это риновирусы, аденовирусы, энтеровирусы и респираторно-синцитиальные вирусы.

Все эти вирусы очень заразны и передаются чаще всего воздушно-капельным путём. Но контактный путь возможен: через рукопожатия, поцелуи, предметы обихода, постельные принадлежности и детские игрушки.

Источник ОРВИ — больной человек. Часто заразным он становится еще до проявления первых клинических симптомов.

В большинстве случаев клинически ОРВИ проявляется в виде общей слабости, лихорадка: боли и першение в горле, головной и мышечной боли, заложенности носа и ринита.

При легкой степени заболевания возможно бессимптомное течение ОРВИ.

Эффективного противовирусного средства для лечения ОРВИ не существует, поэтому терапия обычно направлена на снятие симптомов.

Важно помнить, что при ОРВИ необходимо наблюдение у врача и строгий постельный режим — вирусное заболевание может осложниться бактериальной инфекцией.

Применение антибиотиков при ОРВИ категорически запрещается. Это не только нецелесообразно, но и может нанести существенный вред здоровью.
(Сак не заразиться ОРВИ:

- Тщательно мыть руки с мылом после посещения любых общественных мест, транспорта, прикосновений к дверным ручкам, деньгам, оргтехнике общественного пользования на рабочем месте, перед едой и приготовлением пищи.
- При отсутствии доступа к воде и мылу - использовать дезинфицирующие средств для рук на спиртовой основе
- Не прикасаться к лицу грязными руками.
- Стараться не посещать места массового скопления людей в час-пик
- Соблюдать социальную дистанцию
- Использовать средства индивидуальной защиты в общественных местах.

И не забывайте о том, что грипп — это тоже ОРВИ, и для него есть мощное средство профилактики - вакцинация!

Будьте здоровы!



Кроме привычного нам вируса гриппа сегодня продолжают циркулировать другие острые респираторные вирусные инфекции не гриппозной этиологии, среди которых нередко встречается инфекция, вызванная вирусами парагриппа.

Парагрипп - вирусная инфекция.

Возбудитель инфекции - вирус парагриппа человека - четыре типа. Каждый из них вызывает различный вариант инфекции, т.е. тип инфекции, симптомы и её локализация зависят от типа вируса. Все формы вируса парагриппа вызывают инфекцию верхних и нижних дыхательных путей.

Существует 4 основных типа вирусов парагриппа:

- Вирус парагриппа человека типа 1 HPIV-1 - наиболее распространенная причина крупа. Круп - затруднение дыхания в следствие сужения просвета гортани в следствие ее воспаления или воспаления других отделов верхних дыхательных путей, часто встречающееся у детей. Данный тип вируса ответственен за большинство случаев крупа в осенне-зимний период.
- Вирус парагриппа человека типа 2 HPIV-2 - вызывает круп и другие заболевания верхних и нижних дыхательных путей.
- Вирус парагриппа человека типа 3 HPIV-3 - вызывает развитие бронхиолита и пневмонии.
- Вирус парагриппа человека типа 4 HPIV-4 - включает в себя подтипы 4a и 4b - распознается реже, но может вызывать легкие или тяжелые респираторные заболевания.

Человек любого возраста может заразиться вирусом парагриппа любого типа. Симптом парагриппа похожи на симптомы других острых респираторных вирусных инфекций. Большинство здоровых людей, инфицированных вирусом парагриппа, выздоравливают без лечения, часто инфекция протекает в легкой форме. Тем не менее, человеку ослабленной иммунной системой подвержен риску развития опасной для жизни инфекции.



Наиболее частый способ передачи инфекции - тесный контакт с зараженным данным вирусом человеком. Заболевание передается воздушно-капельным путем во время чихания и кашля.

Вирус парагриппа может выжить на твердой поверхности до 10 часов. Дотронувшись до загрязненной вирусом поверхности руками, а затем прикоснувшись к носу или рту, риск заражения достаточно велик.

Инфицированный вирусом парагриппа человек наиболее заразен на ранней стадии болезни.

Каковы симптомы заболевания?

Симптомы инфекции появляются, как правило, спустя 2-7 дней.

Общие симптомы инфекции, вызванной всеми четырьмя типами вирусов парагриппа, схожи с симптомами остальных острых респираторных вирусных инфекций:

- лихорадка;
- ломота в теле;
- слабость;
- кашель;
- насморк, заложенность носа;
- боль в области груди;
- «першение, боли в горле;
- затрудненное дыхание.

У детей заболевание протекает тяжелее, чем у взрослых.

Чаще всего симптомы парагриппа не опасны для здоровых взрослых. Но они могут быть опасными для жизни младенцев, пожилых или лиц с иммунодефицитными состояниями

Симптомы тяжелого течения парагриппа могут включать:

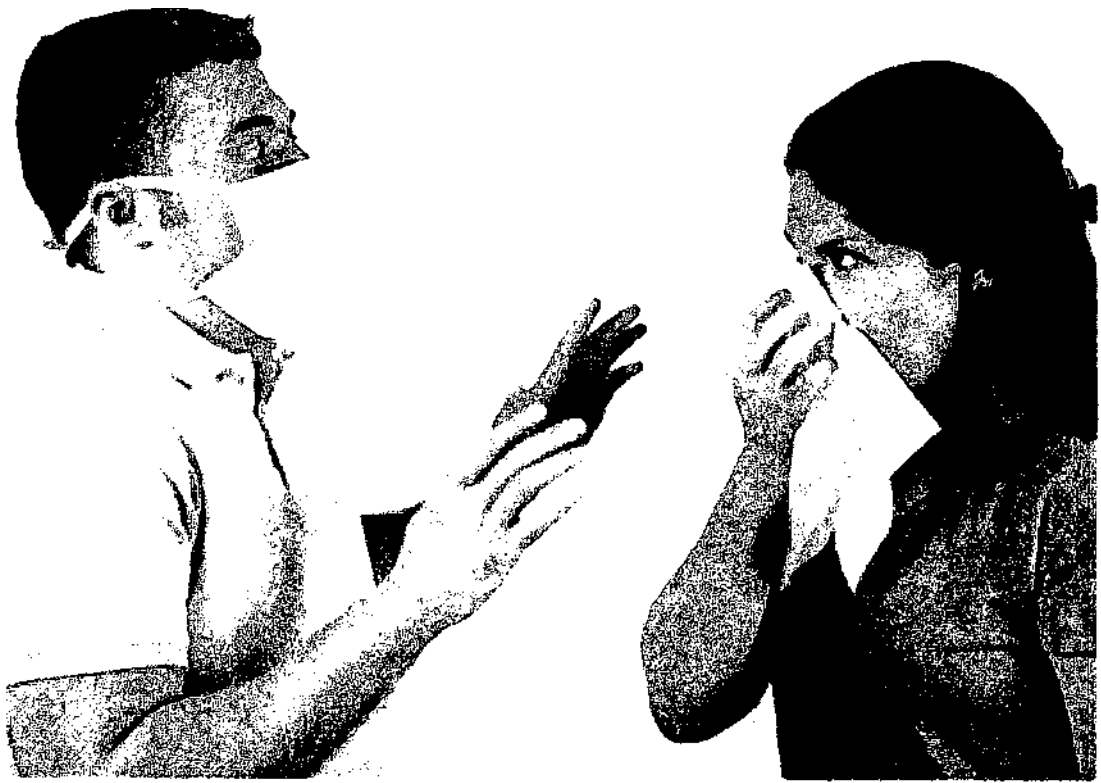
- круп - инфекция голосовых связок (гортани), дыхательных путей (трахеи и бронхов);
- бронхит (воспалительное заболевание нижних дыхательных путей);
- бронхиолит (инфекция в самых маленьких дыхательных путях в легких - бронхиолах);
- пневмония (воспаление легких).

Лечение заболевания симптоматическое, назначается врачом. Помните о том, что при вирусной инфекции антибиотики неэффективны.

Как снизить риск заражения вирусом парагриппа?

Вакцины против парагриппа в настоящее время нет, тем не менее, она находится в стадии разработки.

Профилактика парагриппа, также как гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций, заключается в соблюдении правил личной гигиены:



- регулярно мойте руки с мылом,
- используйте антибактериальные средства гигиены рук в случае отсутствия возможности вымыть руки,
- избегайте касания глаз, носа или рта.
- проводите влажную уборку помещений,
- проводите дезинфекцию поверхностей, которые могут содержать вирусы,
- исключите тесные контакты с инфицированными людьми,
- избегайте посещения мест массового скопления людей,
- используйте медицинскую маску в местах скопления людей, а также при контакт с инфицированными людьми
- ведите здоровый образ жизни
- проводите влажную уборку помещений,
- проводите дезинфекцию поверхностей, которые могут содержать вирусы,
- исключите тесные контакты с инфицированными людьми,
- избегайте посещения мест массового скопления людей,
- используйте медицинскую маску в местах скопления людей, а также при контакт с инфицированными людьми
- ведите здоровый образ жизни

Когда обратиться к врачу?







Если симптомы заболевания не имеют тенденции к улучшению, или сохраняются, температура тела увеличилась, если у ребенка развились судороги, если на фоне инфекции развилось обострение бронхиальной астмы ~ необходимо обратиться к врачу.



Если вы заболели - оставайтесь дома, во время чихания и кашля прикрывайте рот.



COVID-19 ИЛИ ГРИПП?

СХОДСТВА И РАЗЛИЧИЯ

СИМПТОМЫ						
ГРИПП	ЖАР (ЧАСТО ВНЕЗАПНОЕ НАЧАЛО)	ГОЛОВНАЯ БОЛЬ	КАШЕЛЬ	БОЛЬ В ГОРЛЕ	ОЗНОБ	МЫШЕЧНЫЕ БОЛИ
COVID-19	ЖАР	УТОМЛЯЕМОСТЬ	КАШЕЛЬ (ОБЫЧНО СУХОЙ)	ЧУВСТВО «ЗАЛОЖЕННОСТИ» В ГРУДНОЙ КЛЕТКЕ	ОДЫШКА	ДИАРЕЯ, РВОТА (РЕДКО)

ТЯЖЕЛОЕ ТЕЧЕНИЕ		
ГРИПП	<ul style="list-style-type: none"> МОЖЕТ РАЗВИТЬСЯ ПНЕВМОНИЯ ВОЗМОЖЕН ЛЕТАЛЬНЫЙ ИСХОД 	<p>ПРОТИВОВИРУСНЫЕ ПРЕПАРАТЫ</p> <p>ГРИПП</p> <p>ЕСТЬ ПРОТИВОВИРУСНЫЕ ПРЕПАРАТЫ, СПОСОБНЫЕ ОБЛЕГЧИТЬ СИМПТОМЫ, СОКРАТИТЬ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ БОЛЕЗНИ</p>
COVID-19	<ul style="list-style-type: none"> ПНЕВМОНИЯ ОСТРАЯ ДЫХАТЕЛЬНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ ОСТРЫЙ РЕСПИРАТОРНЫЙ ДИСТРЕСС СИНДРОМ СМЕРТЬ 	<p>COVID-19</p> <p>НЕТ ЭФФЕКТИВНЫХ ПРЕПАРАТОВ, НО ОНИ РАЗРАБАТЫВАЮТСЯ</p>

ПРОФИЛАКТИКА




ЧАСТОЕ,
ТЩАТЕЛЬНОЕ МЫТЬЕ
РУК


РЕСПИРАТОРНЫЙ
ЭТИКЕТ


ПРЕБЫВАНИЕ ДОМА
ВО ВРЕМЯ БОЛЕЗНИ


ОГРАНИЧЕНИЕ КОНТАКТОВ
С ИНФИЦИРОВАННЫМИ
ЛЮДЬМИ



