



Грипп опаснее, чем кажется! Что следует знать родителям

Грипп начинается, как и большинство инфекционных болезней, с легкого недомогания. Затем состояние быстро ухудшается: начинают сильно болеть голова, мышцы и суставы, повышается температура тела, появляется общая слабость. Чуть позже начинают досаждают надсадный сухой кашель, боль в грудной клетке при дыхании, чихание и насморк. Если иммунитет достаточно силен, через несколько дней полного упадка сил эти проявления постепенно уменьшаются, но полностью симптомы исчезнут не раньше, чем через 7-10 дней. Но и это нельзя назвать полным выздоровлением – ослабленный инфекцией организм будет восстанавливать силы еще не менее месяца.

Большинство людей склонны недооценивать опасность гриппа. Однако это заболевание не всегда развивается по описанному выше сценарию. Случается, что из-за тяжелой гриппозной интоксикации развиваются повышенная кровоточивость, нарушения работы мозга и внутренних органов, что приводит к летальному исходу спустя несколько дней от начала болезни. Такая форма гриппа носит название гипертоксической. Кроме того, заболевание опасно своими осложнениями: воспалениями легких, оболочек головного мозга или сердечной мышцы.

Особенно уязвимы к действию вируса дети. Их иммунная система несовершенна, и не всегда может дать адекватный отпор инфекции. Поэтому риск тяжелого течения и осложнений гриппа у маленьких пациентов гораздо выше, чем у взрослых людей.

В группе риска - дети

В группе особого риска находятся дети больших городов. Это обусловлено несколькими факторами. Во-первых, практически все такие дети посещают организованные коллективы – детские сады и школы, а многие – еще и разнообразные развивающие курсы и спортивные секции. Поскольку возбудитель гриппа обладает высокой вирулентностью (заразностью) и передается воздушно-капельным путем (при кашле, чихании и разговоре), в таких коллективах он распространяется молниеносно. Стоит одному болеющему ребенку покашлять в школе, и через несколько дней значительная часть его одноклассников будет лежать дома с высокой температурой.

Свой «вклад» в распространение эпидемии гриппа и ОРВИ вносит и снижение иммунитета детского населения больших городов. Его вызывают и

загрязненный воздух мегаполиса, и особенности питания, которое не всегда бывает здоровым и полноценным. Зачастую иммунитет ребенка подрывают сами родители, которые необоснованно, без рекомендации врача назначают ему биологически активные добавки, антибиотики, адаптогены и другие препараты.

Поэтому неудивительно, что из года в год число часто и длительно болеющих детей увеличивается.

Для предотвращения заболевания существуют профилактические прививки. Прививка служит лишь для профилактики, а если болезнь уже развилась, необходимо лечение.

Но грипп вызывает вирус, а не бактерия. Это значит, что антибиотики для борьбы с ним абсолютно не эффективны. Препаратов же убивающих вирус, попавший в организм, не существует. Поэтому задача по уничтожению возбудителя гриппа полностью ложится на иммунитет.

Одним из его важнейших звеньев противовирусного иммунитета является выработка интерферонов. Эти вещества изменяют функционирование клеток таким образом, что они становятся невосприимчивыми к вирусу и не участвует в его размножении. Кроме того, под их действием происходит активация иммунных клеток – лимфоцитов и макрофагов.

Чем больше вырабатается интерферонов, тем легче будет течение заболевания, быстрее наступит выздоровление и меньше будет риск осложнений. Однако организм не всегда в состоянии оперативно отреагировать на внедрение вируса. Особенно если это организм ребенка со сниженным иммунитетом.

Центры по контролю и предотвращению заболеваний (CDC) рекомендуют 4 наиболее эффективных способа защиты от гриппа в детском саду и дома:

1. Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.

2. Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.

3. Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение, по крайней мере - 24 часов, после того, как температура спала или исчезли ее симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств).

4. Все члены семьи должны сделать прививку от гриппа.