

Грип—це високозаразне вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті. Епідемічні спалахи припадають на холодну пору року.

Збудник – вірус трьох типів: А, В, С. Віруси грипу В і С викликають поодинокі захворювання, вірус типу А найчастіше стає причиною спалахів хвороби.

Грип має симптоми, схожі з іншими гострими респіраторними вірусними інфекціями (ГРВІ), але є набагато небезпечнішим. Тому перші ж симптоми ГРВІ вимагають особливої уваги. Найчастішим ускладненням грипу є пневмонія, яка іноді може лише за 4-5 днів призвести до смерті хворого. Серцева недостатність також нерідко розвивається внаслідок ускладнень грипу.

Грип дуже легко передається від людини до людини повітряно-крапельним шляхом – коли хвора людина кашляє, чхає чи просто розмовляє. У зоні зараження перебувають усі в радіусі 2 метрів навколо хворого. Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для оточуючих протягом усього періоду прояву симптомів – це, в середньому, 7 днів.

При появі перших симптомів грипу хвора людина обов'язково повинна залишатися вдома – щоб не провокувати ускладнення власної хвороби і не наражати інших людей на небезпеку, смертельну для деяких з них.

Такими симптомами є: підвищена температура тіла, біль у горлі, кашель, нежить, біль у м'язах. З будь-якими з цих симптомів не варто виходити з дому навіть заради візиту до лікаря - його слід викликати додому. Якщо стан хворого не погіршується, необхідно продовжувати лікування вдома до повного зникнення симптомів. Якщо стан хворої

людини погіршується, не зволікайте з госпіталізацією, адже тепер під загрозою — її життя.

Викликайте "швидку" чи терміново звертайтеся безпосередньо до лікарні, якщо присутні **наступні симптоми**
: сильна блідість або посиніння обличчя, затруднення дихання, висока температура тіла, що довго не знижується, багаторазове блювання та випорожнення, порушення свідомості — надмірна сонливість чи збудженість, болі у грудній клітці, домішки крові у мокроті, падіння артеріального тиску. Продовжувати лікування вдома за наявності цих симптомів —небезпечно. Затримка з госпіталізацією може призвести до смерті хворого.

Особливо небезпечним грип є для представників груп ризику–це діти до 5 років (особливо – діти до 2 років), вагітні жінки, люди віком від 65 років, люди з надмірною вагою, хворі на діабет, хворі на хронічні серцево-судинні захворювання, хворі на хронічні захворювання легенів, люди з іншими тяжкими хронічними захворюваннями. Також сюди належать професійні групи ризику - медичні працівники, вчителі й вихователі, продавці, водії громадського транспорту, усі, хто працює в багатолюдних місцях.

Крім специфічної профілактик грипу ( вакцинація) ще є неспецифічна профілактика, це коли людина власними силами може захистити себе від захворювань на грип та ГРВІ. Для цього потрібно: уникати скупчень людей, користуватися одноразовими масками при необхідності, регулярно провітрювати приміщення і робити вологе прибирання, повноцінно харчуватися з введенням в їжу натуральних вітамінів, висипатися, уникати перевтоми, мати чисті руки, користуватися тільки одноразовими паперовими серветками і рушниками, загартовуватись, займатись спортом, ходити більше пішки, при необхідності використовувати хімічні засоби профілактики, які є в аптеках (вітаміни, противірусні препарати)

**Не займайтеся самолікуванням!**

**Відповідне медикаментозне лікування хворому призначає тільки лікар!**