

## ВНИМАНИЮ ГРАЖДАН: Отличия гриппа от ОРВИ

»

**Простуда** – собирательное, неофициальное название разнообразных острых респираторных заболеваний, поражающих верхние дыхательные пути (нос, носоглотку, рот, глотку и гортань).

Вызвать простуду могут как вирусы, так и бактерии, которые при дыхании проникают в организм с воздухом.

Такой путь передачи возбудителей называется воздушно-капельным, а сами болезни — респираторными.

Если простуду вызвал вирус, то болезнь называют ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция).

Если причиной болезни стала бактерия, либо неизвестный возбудитель, то ставится диагноз ОРЗ (острое респираторное заболевание).

Симптомы простуды: постепенное начало, лихорадка (до 38 °С), насморк с обильным слизистым отделяемым, заложенность носа, кашель, чихание, боль в горле .

Обычно прогноз благоприятный, выздоровление как правило наступает через 7-10 дней, хотя симптомы могут сохраняться до 2 недель.

Специфической вакцины от простуды не существует!

**Грипп** - тоже относится к ОРВИ, так как возбудитель болезни (вирусы гриппа А, В или С) проникает в организм при дыхании. В отличие от простуды, которая может случиться в любое время года, грипп, как правило обладает сезонностью. Сезон гриппа длится с осени до весны, с максимумом заболеваемости в зимние месяцы. Активные штаммы вируса гриппа меняются из года в год. Поэтому, каждый год разрабатывается новая вакцина против гриппа.

Симптомы гриппа: внезапное начало, сухой, отрывистый кашель, лихорадка до 40° С, озноб, боль в мышцах, головная боль, боль в горле, заложенность носа при отсутствии отделяемого из носовых ходов, сильная усталость, которая может длиться до двух недель, возможны тошнота, рвота, диарея.

**Грипп опасен своими осложнениями.** На фоне ослабления иммунитета возможно развитие пневмонии, менингита, перикардита или миокардита, которые могут привести к смерти.

Особенно опасен грипп для маленьких детей, пожилых людей, беременных женщин, людей с ослабленным иммунитетом, для людей с ожирением.

При появлении первых симптомов гриппа – оставайтесь дома и вызовите врача. Самолечение недопустимо.

### **Профилактика простуды и гриппа.**

Грипп можно предотвратить!

В сезон гриппа избегайте мест массового скопления людей.

Часто мойте руки горячей водой с мылом, или используйте дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе.

Избегайте прикосновений к лицу, носу, глазам и рту.

При кашле и чихании прикрывайте рот и нос.

Лучший способ защититься от гриппа и его осложнений - сделать прививку от гриппа в предэпидемический период.