

История гриппа

Возбудителем гриппа являются вирусы. Подъем заболеваемости гриппом начинается в холодное время года. Этому способствует высокая устойчивость вируса гриппа к действию низких температур (при минус 25-75 С вирус сохраняется до нескольких лет). Также переохлаждение снижает защитные силы организма человека.

Первые упоминания о гриппе были отмечены много веков назад — еще в 412 году до н.э. описание гриппоподобного заболевания было сделано Гиппократом. Также гриппоподобные вспышки были отмечены в 1173 году. Первая задокументированная пандемия гриппа, унесшая много жизней, случилась в 1580 году.

В 1889-1891 гг. произошла пандемия средней тяжести, вызванная вирусом типа H3N2.

Известная «Испанка», вызванная вирусом H1N1 произошла в 1918-1920 гг. Это самая сильная из известных пандемий, унесшая по самым скромным подсчетам более 20 млн. жизней. От «испанки» серьезно пострадало 20-40% населения земного шара.

В 1957-1958 гг. случилась пандемия, которая получила название «азиатский грипп», вызванная вирусом H2N2. Пандемия началась в феврале 1957 года на Дальнем Востоке и быстро распространилась по всему миру. Только в США во время этой пандемии скончалось более 70000 человек.

В 1968-1969 гг. произошел средний по тяжести «Гонконгский грипп», вызванный вирусом H3N2. Пандемия началась в Гонконге в начале 1968 года. Всего число погибших от этой пандемии составило 33800 человек.

В 1977-1978 гг. произошла относительно легкая по степени тяжести пандемия, названная «русским» гриппом (H1N1).

Последняя пандемия произошла в 2009 году и была вызвана вирусом гриппа А (H1N1). По оценкам, только в первый год это вызвало от 100 000 до 400 000 случаев смерти во всем мире.

Заболевание гриппом сопровождается высокой смертностью, особенно у маленьких детей и пожилых людей. Эпидемии гриппа случаются каждый год обычно в холодное время года и поражают до 15% населения Земного шара.

Этиология

Возбудитель — РНК-геномный вирус рода *Influenzavirus* семейства *Orthomyxoviridae*. Известно три

типа вирусов — А, В, С. Тип вируса определяет набор внутренних антигенов, проявляющих слабую иммуногенность. Вирусы гриппа типа А поражают человека, некоторые виды животных (лошадей, свиней и др.) и птиц. Вирусы гриппа типов В и С патогенны только для людей.

Эпидемиология

Резервуар и источник инфекции — человек с явными и стёртыми формами болезни. Эпидемиологическую опасность больного человека определяют количество вирусов в отделяемом верхних дыхательных путей и выраженность катарального синдрома. Контагиозность максимальна в первые 5-6 дней болезни.

Пути передачи гриппа

Основной путь передачи гриппа – это воздушно-капельный от человека к человеку. Заражение может произойти, когда капли, образующиеся при кашле или чихании больного, переносятся по воздуху и попадают в рот или нос окружающих людей. Распространение вирусов гриппа может происходить и контактно-бытовым путем в тех случаях, если человек прикоснется к слизистым выделениям на другом человеке или предмете, а затем прикоснется к собственному рту или носу не вымыв руки.

Клиника

Инкубационный период от 12 часов до 3 дней, чаще 1-2 дня. Заболевание начинается внезапно: озноб, повышение температуры до 38-40С, сильная головная боль, боль при движении глазных яблок, ломота во всем теле, слабость, заложенность носа, светобоязнь, слизистая отечна, першение в горле, головокружение, может быть бессонница, рвота, судороги, потеря сознания. Характерна гиперемия лица, конъюнктивит, одышка, снижение АД, продолжительность лихорадки 2-5 дней. Через 2-3 дня – серозно-гнойные выделения из носа. Зев гиперемирован, отечность мягкого неба, дужек, языка. У больного кашель вследствие возникновения трахеита и трахеобронхита – кашель болезненный, сухой, мокрота – спустя несколько дней.

Осложнения: пневмонии, отек мозга, легких, инфаркт миокарда, синусит, отит, цистит и т.д

Профилактика

Специфическая профилактика

Основной мерой профилактики гриппа и сокращения последствий эпидемии является вакцинация. На протяжении 60 с лишним лет были разработаны и применены различные типы противогриппозных вакцин. Они безопасны и эффективны для предотвращения как легких, так и тяжелых форм гриппа.

Неспецифическая профилактика

Чтобы избежать распространения гриппа и ОРВИ, необходимо выполнять профилактические мероприятия.

Во-первых: чтобы не заболеть самому и не заразить окружающих:

- избегать контакта с больными людьми;
- стараться не подходить к больному ближе, чем на 1 метр;
- при контакте с больными людьми одевать маску;
- мыть руки с мылом или антибактериальными средствами (спиртсодержащие растворы) для предотвращения распространения инфекции;
- закрывать нос и рот во время кашля и чихания, используя одноразовые носовые платки;
- избегать большого скопления людей (зрелищных мероприятий, собраний, встреч);
- регулярно проветривать помещение;
- не трогать грязными руками глаза, нос и рот;
- вести здоровый образ жизни (полноценный сон, свежий воздух, активный отдых, сбалансированная пища, богатая витаминами), что поможет организму бороться с любыми инфекциями.

Во-вторых: если Вы заболели:

- максимально ограничьте контакты с другими людьми и вызовите врача как можно быстрее, чтобы получить рекомендации по лечению
- соблюдайте постельный режим
- пользуйтесь одноразовыми носовыми платками, и после использования немедленно их выбрасывайте
- пейте больше витаминизированных жидкостей, а также настои на клюкве, бруснике, обладающие жаропонижающими свойствами
- выполняйте все назначения врача и принимайте препараты, особенно противовирусные, строго по схеме.
- соблюдайте меры личной гигиены.

Острые респираторные вирусные инфекции

Кроме гриппа насчитывается более 200 респираторных вирусов, способных вызывать инфекции

респираторного тракта... Термин «**острые респираторные вирусные инфекции**» (ОРВИ) охватывает большое количество заболеваний (грипп, парагрипп, аденовирусная, риновирусная инфекции и др.). Насчитывается более 200 респираторных вирусов, способных вызывать инфекции респираторного тракта. Все ОРВИ во многом похожи друг на друга. Основное сходство респираторных вирусных инфекций состоит в том, что все они вызываются вирусами, проникающими в организм вместе с вдыхаемым воздухом через рото- и носоглотку, а также в том, что все они характеризуются одним и тем же набором симптомов.