

Грипп – это острое, тяжелое заболевание, вызываемое вирусной инфекцией. Вирус гриппа входит в группу ОРВИ (острых респираторных вирусных инфекций), но ввиду тяжести протекания, как правило, рассматривается отдельно. Основной путь передачи инфекции – воздушно-капельный. Вирус попадает в воздушную среду с частичками слизи, слюны или мокроты, выбрасываемых при кашле или чихании. Зона, в которой риск заражения достаточно высок, обычно составляет 2-3 м. вокруг больного.

Инкубационный период гриппа составляет около 2-х суток. Заболевание начинается остро: **поднимается температура**, **начинает болеть голова** (это симптомы интоксикации), проявляются катаральные признаки заболевания. Высокая температура и другие проявления интоксикации держатся, как правило, до 5 дней. Если температура не спадает через 5 дней, следует предполагать бактериальные осложнения.

Наиболее частыми осложнениями гриппа являются: **гайморит**, воспаление оболочек головного мозга (менингит, арахноидит), осложнения со стороны сердечно-сосудистой (перикардит, **миокардит**), дыхательной системы (**пневмония**) и со стороны почек. В наибольшей степени грипп опасен для тех, чей организм ослаблен.

Существуют специфическая и неспецифическая профилактика гриппа.

Для специфической профилактики гриппа необходимо вакцинации групп риска (лица с хроническими заболеваниями, часто болеющие дети, дети детских домов, школ интернатов, беременные, медицинские работники и т.д.)

Неспецифическая профилактика респираторных инфекций заключается в соблюдении простых правил, таких как: соблюдение масочного режима и социального дистанцирования, избегать переохлаждений и перегреваний организма, своевременная самоизоляция людей, почувствовавших себя нездоровыми, с высокой температурой и другими симптомами гриппа, соблюдение санитарно-гигиенических мер (гигиена рук, регулярное проветривание помещений, влажная уборка и др

В случае появления симптомов у детей школьного, детсадовского возраста не отправлять в школы, детские сады, обратиться в медицинские организации для получения правильной медицинской помощи и не заниматься самолечением. Чтобы защититься от ОРВИ и гриппа — соблюдайте вышеуказанные правила. В случае появления симптомов ОРВИ и гриппа – рекомендуем обратиться за медицинской помощью, не заниматься самолечением. Берегите себя и близких!!!