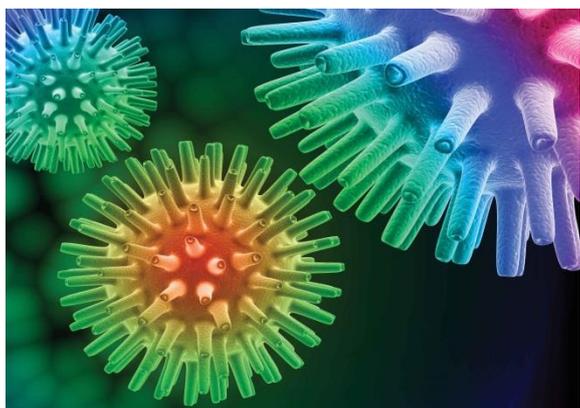


## Полезные и интересные факты о гриппе



1. Во многих языках грипп известен как «influenza» и происходит от итальянского «influentia», что значит, «влияние». Древние римляне считали, что только влиянием планет, звезд и луны обусловлено такое широкое и внезапное распространение болезни, потому что никак иначе не могли его объяснить. В 18 веке во Франции появилось еще одно название, созвучное с современным «grippe» — «схватить».

2. Грипп быстро мутирует. Ни один другой вирус не меняется настолько быстро. Человечество до сих пор не знает, где и когда начнется новая пандемия и

который вирус ее вызовет. Поэтому и нет единой унифицированной и эффективной вакцины против гриппа.

3. Пандемии гриппа случаются 2-3 раза в каждые 100 лет. Было зафиксировано 4 крупных пандемий гриппа: «испанка», азиатская пандемия, эпидемия в Гонконге и свиной грипп.

4. Гриппа без высокой температуры не бывает! Отличительным признаком гриппа является температура 38 – 39°C с первых часов болезни. Если у вас не так, скорее всего это инфекция, вызванная другим вирусом.

5. Гриппом можно заразиться не только от инфицированного человека. При кашле и чихании микро капли с вирусом оседают на поверхностях, при контакте с которыми, другие люди могут заразиться.

6. При гриппе не бывает насморка. В первые дни болезни часто закладывает нос, что связано с интоксикацией организма и отеком зараженных тканей, но насморка не бывает. Только на 3-4 день может появиться классический насморк, причина которого не вирус, а бактерии, которые воспользовались временным ослаблением вашего иммунитета.

7. Препараты от температуры помогают гриппу распространяться по организму. Ведь нормальная или слегка повышенная температура тела – это рай для вируса. При удовлетворительном самочувствии принимать жаропонижающие средства взрослым рекомендуется только при температуре выше 39°C, детям – 38°C.

8. Можно ли лечить грипп антибиотиками? Антибиотики действуют только на бактерии. Вирусы ничего общего с бактериями не имеют, поэтому лечить антибиотиками вирусные заболевания, в том числе, грипп, бесполезно. Иногда на фоне ослабленного иммунитета к вирусной инфекции может присоединиться вторичная бактериальная инфекция. И только в этом случае врач (и только врач!) может назначить курс антибиотиков.

9. Лучшее средство от гриппа для грудного младенца – молоко его мамы. Если кормящая женщина заболела гриппом, нельзя отлучать младенца от груди. Антитела из материнского молока передаются ребенку во время кормления. Поэтому малыш не заражается гриппом во время кормления.

10. Иммунитет после перенесенного гриппа очень неустойчив, возможны повторные заболевания даже в течение одного года. Ведь есть разные типы и подтипы, а также серологические варианты возбудителя, которые не образуют друг против друга перекрестного иммунитета.

11. Вирус гриппа не боится мороза. При температуре около нуля вирус сохраняется до месяца. Именно поэтому пик заболеваемости приходится на оттепели. Зато обычное мыло и высокая температура (более 70°C) убивает вирус мгновенно.

12. Получив зарплату бумажными купюрами или сняв деньги с пластиковой карты, можно заболеть гриппом. Ученые выяснили, что денежные купюры являются отличным рассадником инфекции. Вирус гриппа сохраняется на них до 2-х недель. Поэтому деньги в некоторых странах печатают на бумаге с антисептическими свойствами.

13. Прививка от гриппа не дает стопроцентную гарантию. Риск заражения гриппом после прививки остается, но существенно снижается. В среднем прививка обеспечивает защиту на 80-90%. Поэтому оптимальным решением станет комплексная профилактика, которая

предусматривает соблюдение правил личной гигиены, закаливание, физическую активность, вакцинацию и, конечно, витамины.

14. Может ли прививка от гриппа вызвать заболевание? Ни одна вакцина не вызывает типичного заболевания. В процессе вакцинации в организм вводят или ослабленный вирус или его части. Вирус, содержащийся в вакцине, не может вызвать заболевание, но может стимулировать организм к выработке антител. Поэтому, когда в организм попадает вирус гриппа, то не нужно время для выработки антител – они уже есть после вакцинации. Антитела связываются с вирусом и таким образом предотвращают инфицирование клетки и размножение вируса. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала. Современные вакцины переносятся достаточно легко. У небольшого процента людей может появиться покраснение в месте введения вакцины или незначительно подняться температура.

15. Оптимальным временем для проведения вакцинации против гриппа является осенний период – с сентября по ноябрь. Лучше всего прививаться за 2-3 недели до начала предполагаемой эпидемии. Если по каким-либо причинам вакцинация не была проведена вовремя, то ее можно сделать и после начала эпидемии, причем использовать можно только вакцины с неживыми вирусами. Однако если прививка была сделана тогда, когда человек уже был инфицирован вирусом гриппа, но клинические проявления еще не начались, то вакцинация может оказаться неэффективной.

*Помощник врача-гигиениста  
отдела общественного здоровья  
Яцкевич Наталья Петровна*