

Ежегодно регистрируется около 1 миллиарда случаев сезонного гриппа, в том числе 3–5 миллионов случаев тяжелой формы заболевания.

Каждый год от респираторных патологий, вызванных вирусами гриппа, умирает от 290 000 до 650 000 человек.

Девяносто девять процентов случаев смерти детей в возрасте до 5 лет от инфекций нижних дыхательных путей, связанных с гриппом, приходится на развивающиеся страны.

Симптомы появляются через 1–4 дня после заражения и обычно

Сезонный грипп (грипп) — это острая респираторная инфекция, вызываемая вирусами гриппа. Он распространен во всех частях мира. Большинство людей выздоравливает без какого-либо лечения.

Грипп легко распространяется от человека к человеку при кашле или чихании.

Симптомы гриппа включают внезапное появление высокой температуры, кашель, боль в горле, ломоту в теле и усталость.

Лечение должно быть направлено на смягчение симптомов. Больные гриппом должны соблюдать покой и пить много жидкости. Большинство людей выздоравливает без лечения в течение недели. Медицинская помощь может потребоваться в тяжелых случаях и при наличии у пациентов факторов риска.

Существует 4 типа вирусов сезонного гриппа — типы А, В, С и D. Вирусы гриппа А и В циркулируют и вызывают сезонные эпидемии болезни.

Признаки и симптомы

Симптомы гриппа обычно проявляются примерно через 2 дня после заражения от инфицированного вирусом человека.

Симптомы включают:

- внезапное появление высокой температуры;
- кашель (обычно сухой);
- головную боль;
- мышечные и суставные боли;
- тяжелое недомогание (плохое самочувствие);
- боль в горле;

- насморк.

Передача инфекции

Передача инфекции сезонного гриппа происходит легко и быстро, особенно в местах большого скопления людей.

При кашле или чихании инфицированного человека мелкие капли, содержащие вирус (инфекционные капли), попадают в воздух и могут инфицировать людей, находящихся поблизости. Инфекция может также передаваться через руки, загрязненные вирусами гриппа. Для предотвращения передачи инфекции при кашле необходимо прикрывать рот и нос салфеткой и регулярно мыть руки.

Период времени с момента инфицирования до развития болезни, известный как инкубационный период, длится около 2 дней, но может варьироваться от 1 до 4 дней.

Лечение

Большинство людей выздоравливают от гриппа самостоятельно. Людям с тяжелыми симптомами или другими заболеваниями необходимо обратиться за медицинской помощью.

Людям со слабо выраженными симптомами следует:

оставаться дома во избежание заражения других людей;

соблюдать покой;

пить много жидкости;

лечить другие симптомы, такие как лихорадка;

обращаться за медицинской помощью при ухудшении симптомов.

Профилактика

Наиболее эффективным способом профилактики гриппа является вакцинация.

Через некоторое время после вакцинации иммунитет ослабевает, поэтому для защиты от гриппа рекомендуется ежегодная вакцинация.

Другие способы профилактики гриппа:

регулярное мытье и надлежащее высушивание рук;

прикрытие рта и носа при кашле и чихании;

надлежащая утилизация одноразовых носовых платков;

самоизоляция дома при плохом самочувствии;

предотвращение тесных контактов с больными людьми;

предотвращение прикасаний к глазам, носу и рту.