**Грипп.**

**Грипп -** острая вирусная инфекция, которая характеризуется интоксикацией и поражением верхних дыхательных путей и периодически приобретает эпидемический и пандемический характер**.***Различают три типа вируса гриппа - А,В,С* **НАДО ЗНАТЬ!**- Источник инфекции - больной человек.

-Путь передачи  - воздушно-капельный.

- Эпидемия гриппа типа А имеет взрывной характер: на протяжении 2 месяцев болеет 20-50 % населения. После заболевания иммунитет 1-2 года.

- Эпидемия гриппа, которая вызывается вирусом В, повторяется каждые 3-4 года. Распространяется свободно и держится обычно 2-3 месяца, охватывая не больше 25% населения. После заболевания иммунитет сберегается 3 года.

- Инкубационный период 1-2 суток.

- Без осложнений болезнь заканчивается на 5-7 сутки.

- Профилактика обеспечивается массовой вакцинацией в передэпидимичный период.

СИМПТОМЫ БОЛЕЗНИ.
 - Обычно заболевание начинается внезапно, с увеличения температуры тела (39-40 градусов).

- Человека морозит.

- Появляется чувство разбитости.

- Головная боль.

- Боль в спине, конечностях.

- Могут возникнуть усложнения болезни ( воспаление легких, бронхит).

ЧТО ПРОВЕРЯТЬ?

- Следите за температурой тела.

- Проверьте в медицинской карте, была ли сделана вакцинация.

**Лечение гриппа у детей**

**Лечение гриппа** требует постельного режима с обильным потогонным питьем (Элекасол, липа, ромашка, малина с лимоном), которое выведет яды, выделяемые вирусом. Нужно принимать противовирусные препараты, такие как Амизон и жаропонижающие, противовоспалительные лекарства (например, парацетамол, но не дольше 5 дней). Постельный режим назначают на острый период болезни (не менее 3-5 дней). Госпитализации подлежат больные с тяжелыми формами гриппа и осложнениями, а также дети раннего возраста.

Диета. Пища - механически и химически щадящая, теплая, с ограничением поваренной соли, богатая витаминами, преимущественно молочно-растительная. Рекомендуется обильное питье: чай, клюквенный и брусничный морсы, фруктовые соки, компоты, настой шиповника. Жидкость следует давать дробно, небольшими объемами.

Этиотропная терапия показана, в первую очередь, больным тяжелыми формами гриппа, особенно детям младшего возраста.

Используют методы "домашней" физиотерапии: теплые обертывания грудной клетки, горчичники, горячие ножные ванны (при температуре тела ниже 37,5° С).

При температуре выше 38,5° С применяют методы физического охлаждения: ребенка раздевают и легко укрывают, прикладывают к голове, в подмышечные и паховые области пузырь со льдом, проводят водно-спиртовые обтирания тела. Из жаропонижающих средств препаратом выбора является парацетамол.

Госпитализация проводится по жизненным и эпидемиологическим показателям.

**Грипп у детей - профилактика**

Профилактика. Не специфическая профилактика предусматривает раннюю диагностику гриппа и изоляцию больных в течение 7-10 дней. У всех детей, посещающих дошкольные учреждения, в период подъема заболеваемости гриппом ежедневно измеряют температуру тела и осматривают слизистые оболочки носоглотки; запрещается прием новых детей и перевод из одной группы в другую.

В связи с неустойчивостью вируса во внешней среде заключительную дезинфекцию не проводят. Помещения регулярно проветривают, осуществляют влажную уборку и кварцевание.

С целью повышения резистентности организма ребенка к гриппу проводят не специфическую сезонную профилактику. Она включает назначение детям в осенне-зимний период поливитаминов (аскорбиновая кислота, витамины группы В), адаптогенов растительного происхождения (настойка элеутерококка, женьшеня, препараты эхинацея).

За территорией дома следует носить мед. маску (менять каждые 2 часа), чаще дезинфицировать руки (спиртовые салфетки, р-р хлоргексидина), смазывать нос Оксолиновой мазью, принимать гомеопатические противогриппозные ср-ва, пить травяные настои (витаминный сбор, Элекасол). **Профилактика гриппа** включает использование продуктов пчеловодства (маточное молочко, прополис) и продуктов, богатых молочно-кислыми бактериями (кефир, йогурт, концентрированный йогурт - Бифидок или другие пробиотики).