

Три вредных и глупых мифа о вирусе гриппе.



В последнее время средства массовой информации стали не только средством распространения откровенной лжи, слухов и предрассудков, но и превратились из просветительского органа в отупляющий. В такой обстановке не стоит развешивать уши и верить разной ерунде.

В частности о гриппе.

Миф первый: Повязка - лучшая защита от любых болезней и лучше ее вообще никогда не снимать.

На самом деле никакие повязки не спасут вас от вирусной инфекции, даже если об этом сказала по центральному каналу какая-то медицинская шишка из совета при президенте (и вообще, по-моему, в таких советах концентрация некомпетентных дур просто зашкаливает). Более того, от вирусов не спасет даже противогаз. Размеры вирусов несоизмеримо меньше ячеек любой повязки. Следует ориентироваться на простое правило - там где проходит воздух, пройдет и вирус.

Повязки в какой-то степени эффективны против бактериологических инфекций, но только если их менять каждые 30-40 минут. В противном случае, из-за благоприятного сочетания температуры и влажности, повязка в области выдоха быстро превратится в удивительно благоприятное место для размножения бактерий. Т.е. даже незначительное и неопасное в обычных условиях число бактерий, попав в благоприятную среду, на вашей повязке размножится, и риск заражения повысится. Кроме того, повязки следует носить уже заболевшим людям, чтобы при кашле и чихании не разбрызгивать на окружающих насыщенные заразой жидкости (хотя, вообще-то больным куда лучше сидеть дома и не портить здоровье себе и окружающим).

Миф второй: магическая таблеточка вылечит вас от гриппа



На самом деле в природе не существует противовирусных препаратов в форме таблеток. Более того, в природе не существует лекарственных препаратов, которые убивают или в существенной мере угнетают весь спектр штаммов вирусов гриппа. Есть всего три способа победить вирусную инфекцию гриппа:

1. Натренировать свою иммунную систему с помощью прививки от гриппа. Причем прививка должна соответствовать ожидаемой в вашем регионе разновидности вируса, что делает прививку от прошлогоднего гриппа практически бесполезной в нынешнем году. Ну а от большинства штаммов (в том числе и от пресловутых свиного и птичьего гриппа) прививок и вовсе нет.
2. Помочь своему организму самостоятельно побороть болезнь. В первый же день болезни обратиться к врачу и строго следовать его назначениям, соблюдать

постельный режим, регулярно проветривать помещение, потреблять с едой достаточное количество витаминов и питательных веществ и т.д.

3. В особо тяжелых случаях применять препараты, которые действительно могут помочь:

- адамантаны (трициклодеканы - Амантадин и Ремантадин)
- ингибиторы нейраминидазы гриппа (Занамивир и Озелтамивир).

При этом следует помнить, что любой противовирусный препарат дешевле 1500р за упаковку с 99% вероятностью является подделкой. Ну а что до насыщенности аптек разнообразными арбидолами и фуфломицинами (кстати, погуглите слово «фуфломицин»), то за этим стоит только жажда наживы и прибыли с откатами в самые высокие властные структуры. Заботе о здоровье населения страны в этих раскладах места не нашлось.

Миф третий: Если грипп лечить, то он проходит через две недели, а если не лечить, то через 14 дней.

Многие действительно легко переносят грипп "на ногах". Сюда же приплюсовывается навязываемая фармацевтическими компаниями псевдокультура под лозунгом "некогда болеть". На самом же деле компании производящие лекарства не ставят своей целью здоровье населения страны - им важно продать как можно больше лекарств и как можно сильнее расширить круг потребителей своей продукции. Любое, даже самое незначительное на первый взгляд заболевание, требует внимания и лечения. Иначе оно может завести ваш организм в очень сложную ситуацию. Сразу после того, как вы уже "переболели", организм может очень неожиданно сбойнуть и выкинуть фортель в виде осложнения намного более опасного чем сам грипп. Заполучить воспаление легких после недолеченного гриппа - обычнейшее дело. Кроме того могут пострадать сердце, почки, печень и другие жизненно важные органы.

Ну а еще не стоит забывать об окружающих. Если в инфицированном состоянии ездить в метро, ходить на работу и в другие общественные места, можно заразить очень многих. Причем некоторые из них могут не отличаться богатырским здоровьем и вы можете стать причиной тяжелой болезни или даже смерти ни в чем не повинного человека, который просто был вынужден трястись в автобусе рядом с чихающим на него....

Так что берегите здоровье граждан. И свое и тех, кто рядом.

Свиной грипп 2016, симптомы, лечение

Волна заболеваний пришла со стороны Украины и уже ударила по России. Медики предупреждают, что штамм свиного гриппа считается очень опасным и прежде всего своими осложнениями. Специалисты предупреждают, что самолечением заниматься не стоит, лучше сразу обратиться к врачу. Вирус этот уже хорошо знаком врачам поэтому они быстрее вас найдут на него управу.

На данный момент в России есть много заболевших и даже погибших от свиного гриппа. Главный удар вирус наносит по легким буквально через пару дней, как вы заболели начинает развиваться пневмония. Через неделю это может быть уже двухстороннее воспаление легких.

Такое развитие событий может привести вас в реанимацию и на больничную койку, какие будут дальше последствия развития заболевания предсказать трудно.

Поэтому при первых симптомах свиного гриппа сразу обращайтесь к врачу для оказания адекватного лечения:

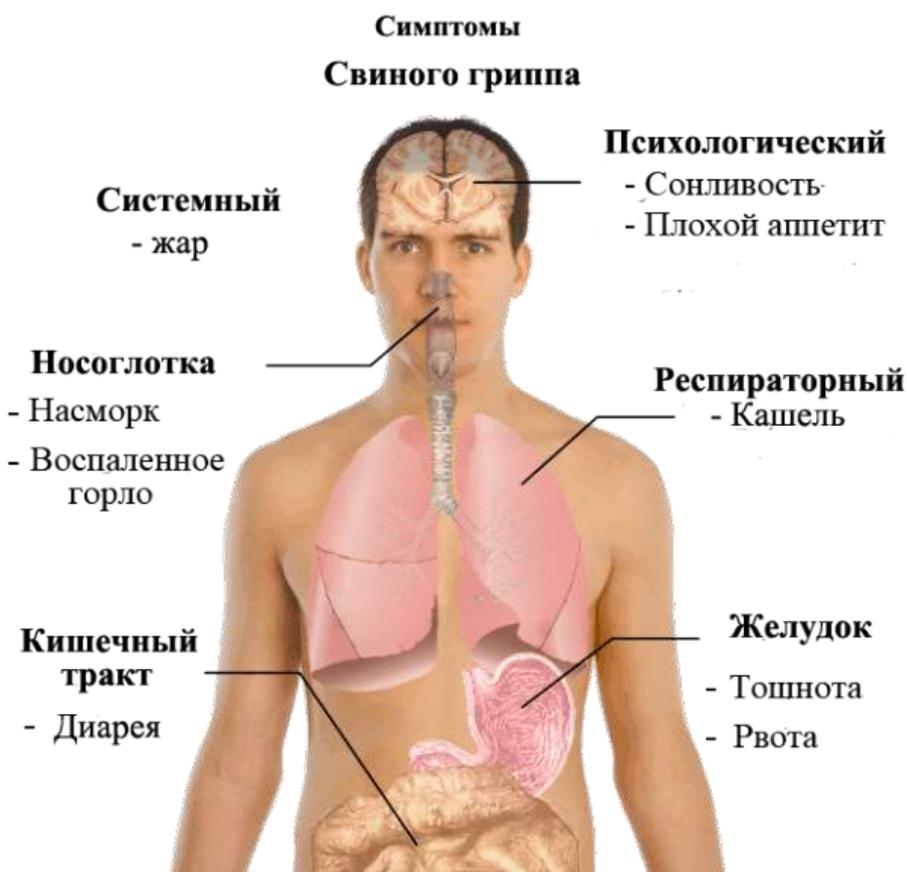
И так заболевание начинается и проходит тяжело со следующими симптомами - сильный жар температура 39 градусов и выше, рвота, диарея, сильные головные боли, сонливость, кашель.

Об этом вирусе АН1N109 мир массово узнал во время пандемии в 2009 году, это наиболее опасный вид гриппа.

К сожалению медики констатируют факт, что во многих регионах России эпидемиологический порог уже превышен. Особенно бурно численность заболевших стала расти после праздников.

Лечение свиного гриппа:

Из доказанных эффективных противовирусных средств на данный момент известно о Осельтамивира (Тамифлю) и Занамивир (Реленза). Кроме этого нужны препараты для симптоматического лечения - жаропонижающие ибупрофен и парацетамол. Принимайте, как можно больше воды в виде теплого чая с лимоном. Пейте ударные дозы Витамина С - 1-2 грамма. Не курите, не употребляйте алкоголь. Если у вас третий день высокая температура вызывайте доктора или скорую.



Материал подготовила:
Пинигина С.В. инструктор
по физической культуре
МКДОУ №19 «Малышок»,
используя интернет источники