



Foto: Pixabay

„Grippe – Was tun bei richtiger Grippe?“ > russisch

## Инфекции дыхательных путей

### Что делать при настоящем гриппе?

**Симптомы** «настоящего» гриппа, в отличие от медленно развивающейся обычной простуды, проявляются практически молниеносно. Очень быстро повышается температура тела, тут же появляется озноб, головные боли и/или ломота в теле. При этом человек чувствует себя тяжело больным и прикованным к постели. Это – типичные признаки заболеваний, вызываемых вирусом гриппа. В большинстве случаев к этим симптомам присоединяется боль в горле и сухой кашель. Следует помнить, что грипп – это не простуда, которую тоже очень часто называют «гриппом» или «гриппозной инфекцией», а действительно очень серьезное заболевание.

#### Нельзя недооценивать опасность осложнений

Грипп вызывается вирусом гриппа (Orthomyxovirus influenza), быстро поражающим весь организм. В большинстве случаев заболевание проходит без последствий, однако, нельзя недооценивать опасность осложнений, таких как:

- сердечно-сосудистые нарушения, вплоть до серьезных заболеваний (например, воспаление миокарда);
- редкие случаи пневмонии, вызванной вирусом гриппа, для которой характерно очень тяжелое течение;
- поражение вирусом других органов, например, головного мозга и мозговых оболочек, порой с непроходящими последствиями;
- сочетанная вирусно-бактериальная инфекция, т.е. присоединение к вирусу гриппа бактериальной инфекции, например, бактериальной пневмонии;
- инфекционные синуситы и/или воспаления среднего уха, которым особенно подвержены дети.

Поэтому, при первых симптомах гриппа необходимо обратиться к врачу, чтобы проводить лечение под врачебным наблюдением. Занятия спортом категорически запрещаются вплоть до полного выздоровления. Особенного внимания требуют случаи заболевания гриппом маленьких детей, людей преклонного возраста или страдающих хроническими заболеваниями. Все они относятся к группе повышенного риска развития серьезных осложнений.

Eine Information von Medical Tribune, Wiesbaden, 2013.

#### Лучшая профилактика гриппа – прививки

Заболевание гриппом можно предупредить с помощью профилактической прививки. Заражение вирусом гриппа происходит воздушно-капельным путем, т.е. вирус, находясь в дыхательных путях зараженного человека, переносится к здоровому во время кашля, дыхания или беседы. Поэтому очень важно, во время сезонной волны гриппа избегать мест скопления большого количества людей. Бороться против настоящего гриппа домашними средствами от простуды абсолютно бесполезно.

Поскольку вирусы гриппа обладают высокой вариабельностью, то и вакцину приходится регулярно модифицировать. По той же причине, достаточную иммунную защиту могут обеспечить только **ежегодные прививки от гриппа**, которые лучше всего ставить еще осенью. Такие прививки особенно рекомендуются:

- людям старше 60 лет,
- лицам, имеющим основные заболевания, например, хронические заболевания сердца, легких или почек, при заболеваниях печени, сахарном диабете или иных нарушениях обмена веществ,
- страдающим хроническими заболеваниями нервной системы, например, рассеянным склерозом,
- лицам с пониженным иммунитетом, например, при приеме иммуносупрессоров,
- постояльцам домов-интернатов для престарелых и инвалидов,
- работникам системы здравоохранения – врачам и медсестрам.

#### Ссылки:

Рабочая группа «Influenza», Институт им. Роберта Коха / Arbeitsgemeinschaft Influenza, Robert-Koch-Institut  
[www.influenza.rki.de](http://www.influenza.rki.de)

Немецкий Зеленый Крест / Deutsches Grünes Kreuz  
[www.dgk.de/gesundheit/impfen/infektionskrankheiten](http://www.dgk.de/gesundheit/impfen/infektionskrankheiten)

✎ Für Hinweise von Arzt und Praxisteam