**Свиной грипп 2016 - как его лечить....**

ГЛАВНОЕ: СРАЗУ обращаться к врачам!!! Симптомы гриппа: сравнение с ОРВИ Симптомы ОРВИ и гриппа во многом схожи. Основные различия касаются общего состояния больных, температуры, начала и длительности заболевания: ***При ОРВИ*** общее состояние в целом может быть удовлетворительное, несмотря на слабость. Преобладают местные признаки - боль в горле, насморк, кашель. ОРВИ начинается с легкого першения в горле, заложенности носа, покашливания. Затем признаки постепенно, в течение одного-двух дней, нарастают. Температура редко достигает значений выше 38,5°С и держится два – три дня. Появляются симптомы насморка, чихание, слезоточивость, усиливается сухой кашель (через неделю он становится продуктивным – с мокротами). Имеются налет на слизистых, покраснение и рыхлость горла. ОРВИ проходит в среднем через неделю. Выздоровление наступает сразу – больной активно включается в прежнюю жизнь.

***Симптомы свиного гриппа*** - Общее состояние – тяжелое: возможны тошнота, рвота, боли в суставах и мышцах, головные боли – симптомы интоксикации; озноб, потоотделение, повышенная светочувствительность и боли в глазах; полный упадок сил. Молниеносное начало с подъемом температуры до высоких значений и ухудшением самочувствия за несколько часов. Температура поднимается до 39°С и выше и держится около пяти дней, слабо реагируя на прием жаропонижающих. Симптомы насморка и заложенности носа отсутствуют при боли в горле. Сухой кашель практически с первых часов.

Свиной грипп вызывает осложнения: вирусную пневмонию (в запущенной форме она необратима); тромбоз (увеличение сворачиваемости крови). Период длительности острого периода гриппа – от недели до десяти дней. Выздоровление наступает медленно, в течение двух-трех недель после того, как миновал острый период. Все это время у переболевшего сохраняется чувство усталости и разбитости.

***Свиной грипп 2016:*** как его лечить - Лекарств от гриппа, как и прежде, не существует. С вирусами борются антитела иммунной системы организма, поэтому лечение гриппа идет через укрепление иммунитета. Кроме собственных сил организма, помогают антивирусные средства, разрушающие структуру вируса и препятствующие их размножению, но для каждой разновидности гриппа нужны свои лекарства. Антибиотиками грипп не лечится – они бесполезны и могут привести к осложнениям. Можно есть чеснок, пить чай с лимоном, корнем имбиря – все это полезно, но является профилактикой, а не средством лечения, если человек уже заболел.

Препараты от гриппа H1N1. Единственно эффективным антивирусным препаратом от гриппа H1N1 по-прежнему остается *тамифлю (озельтамивир)* – не путать с терафлю! Есть еще *занамивир*, но в отечественных аптеках его найти трудно. Действие *тамифлю* основано на блокировке нейраминидазы – белка, входящего в состав вируса H1N1. Пить *тамифлю* нужно в первые два дня болезни – в последующие его эффективность, как и любого антивирусного средства, резко снижается. Принимать его в порядке самолечения и «на всякий случай» нельзя, так как у лекарства много тяжелых побочных эффектов.

Лекарство назначает врач при тяжелой форме течения гриппа или больным из группы риска (пожилым людям, ослабленным, хроническим больным, астматикам и т.д.). *Тамифлю* в основном распределяют по стационарам, и это разумно вдвойне: лекарство в аптеке дорогое, а в больнице оно должно быть бесплатным; прием предписан тогда, когда это действительно нужно. В большинстве случаев грипп H1N1 переносится сравнительно легко, благодаря защитным силам организма: об этом говорит и статистика, поэтому большей части больных тамифлю или занамавир не требуется.

Общие правила лечения гриппа. Постельный режим с первого же дня: никакой мужественной самоотдачи на работе с подзаражением окружающих. Большинство жертв гриппа – трудоголики, переносящие болезнь на ходу. При симптомах гриппа предпочтительнее вызов врача или Скорой на дом. Многочасовое сидение в очереди добавит больному тройку лишних вирусов, в том числе и тот самый H1N1, которого у человека, возможно, и не было при входе в поликлинику. Больного нужно хорошенько укутать, но в самом помещение должно быть свежо и влажно: проветривать комнату, где лежит больной, необходимо по нескольку раз в день; требуется постоянное увлажнение воздуха в помещении. Обильное питье – обязательное условие лечения. Пить нужно не просто много, а очень много: чаи с ромашкой, календулой, липой, малиной, черной смородиной; компоты из яблок, сухофруктов, кураги; отвары шиповников; молоко с медом и содой. Принимать пищу больному, пока ему не захочется самому, ненужно. Поэтому не стоит уговаривать покушать «для сил», особенно детей. Температуру выше 38 – 38,5°С сбивать не надо: при высокой температуре вирусы массово гибнут. Жар выше 39°С понижают при гриппе парацетомолом или ибупрофеном: принимать аспирин опасно! Если температура под 40°С, облегчит состояние больного обтирания лба, кистей рук и стоп раствором уксуса или спиртовым раствором. Когда вызов врача необходим, в силу опасности свиного гриппа врача рекомендуется вызывать при малейшем подозрении на H1N1. Однако на практике при эпидемии дождаться прихода медработника непросто – их не хватает на всех больных.

Семейный врач просто физически не успевает обойти всех больных. При ОРВИ промедление в 10 – 20 часов не страшно, но при гриппе оно угрожает жизни. В какой ситуации нужна немедленная Скорая помощь? При потере сознания; судорогах; интенсивной боли любой локализации; боли в горле без насморка головной боли с рвотой; температуре выше 39°С, не понижающейся через полчаса после приема жаропонижающих; появлении кожной сыпи; отечности шеи. Если вы лечитесь от ОРВИ или гриппа, то в следующих ситуациях обязательно нужен врач: На четвертый день нет улучшения. Температура держится на седьмой день. После улучшения вдруг наступило опять ухудшение. Тяжелое состояние при умеренных признаках ОРВИ. Бледность, одышка, жажда, сильные боли, гнойные выделения – порознь или в сочетании. Усиление кашля, долгий сухой кашель, приступ кашля при глубоком вдохе. Слабый эффект жаропонижающих средств. Пока статистика не дает серьезного повода для паники. Вполне возможно, что врачи, как всегда преувеличивают. Очень хочется верить, что свиной грипп 2016 не более опасен, чем в 2009г. Но никогда нельзя относиться к гриппу несерьезно, чтобы не получилось, как в басне о мальчике-лгуне, пасущем овец: Он дважды кричал: «Волки, волки!» — и выбегали люди, но никаких волков не было. А кода волки в самом деле пришли, и мальчик позвал на помощь, то никто не вышел, а зря…