

ГРИПП. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

Грипп — острое инфекционное вирусное заболевание, передающееся от больного человека к здоровому при вдыхании заражённого воздуха, реже через загрязнённые руки и предметы обихода.

Грипп начинается остро. Появляется озноб, повышение температуры (нередко до 39С), слабость, головная боль, заложенность носа, першение в горле, через несколько часов от начала заболевания — сухой, приступообразный кашель, чувство саднения и заложенности за грудиной, боль в горле, слизистое отделяемое из носа.

Грипп может протекать с развитием осложнений. Чаще всего осложнения развиваются на 3-4 день болезни, поэтому уже в первые сутки заболевания необходимо вызвать участкового врача на дом и принимать лечение по его назначению. При гриппе единственными препаратами, применение которых является оправданным с точки зрения влияния на тяжесть заболевания и риск развития осложнений являются противовирусные препараты. В настоящее время с целью противовирусной терапии рекомендованы два препарата осельтамивир и занамивир. Наибольшую эффективность противовирусная терапия даёт при её начале в первые 48 часов от момента заболевания. Во всех случаях гриппа необходимо динамическое наблюдение врача поликлиники за больным.

Лечение гриппа должно быть комплексным и начинаться как можно раньше.

1. «Грипп нужно вылежать в постели» – незыблемое правило! Его выполнение в 2 раза снижает вероятность осложнённого течения.

2. Неспецифические мероприятия.

Больному выделяют отдельную посуду, которую обеззараживают крутым кипятком. Окружающие должны носить одноразовые медицинские маски или ватно-марлевые повязки (имеющие не менее 4-х слоёв марли). При этом необходимо каждые 2 часа проглаживать повязки горячим утюгом или менять маски.

Молочно-растительная диета: каши, творог, кефир, омлет, бульоны.

Обильное питьё:

— с целью дезинтоксикации: клюквенный морс, фруктовые соки, чай с молоком;

— с целью снижения температуры: калина, малина, липовый цвет (имеют потогонный эффект), земляника, ромашка, молоко с мёдом.

Поливитамины с целью профилактики геморрагического синдрома: витамин С (до 1000 мг в сутки), Аскорути́н 2 табл. 3 раза в день.

3. Симптоматическое лечение:

При заложенности носа – сосудосуживающие капли в полость носа (ксилометазолин или др.) – нос должен дышать свободно! Применение сосудосуживающих капель дольше 5 – 6 дней не рекомендуется из-за опасности развития медикаментозного ринита (за счёт повреждающего действия назальных сосудосуживающих препаратов).

При кашле – противокашлевые препараты.

При температуре тела 38,0°C – 39,0°C вопрос о необходимости применения жаропонижающих препаратов решается индивидуально с учётом вида лихорадки («бледная» или «розовая»), показателей гемодинамики, состояния ЦНС, сопутствующих заболеваний, возраста и общего состояния больного.

При температуре тела выше 39,0°C: парацетамол 500 – 1000 мг внутрь.

У детей выбор препарата и его доза определяются возрастом и весом больного.

Если через 1 час после применения жаропонижающих препаратов температура тела сохраняется выше 39,0°C при «розовой лихорадке» – обтирания 30% – 40% раствором этилового спирта или 2 – 3% раствором уксусной кислоты в течение 5 минут.

Во время эпидемии гриппа противопоказано применение ацетилсалициловой кислоты, так как этот препарат увеличивает риск развития

геморрагических осложнений, а у детей, кроме того, увеличивает риск развития синдрома Рейе.

Обтирания с целью снижения температуры тела проводят только после приёма жаропонижающих, а не раньше или вместо них! Не надо забывать о возможности применения пузырей со льдом на лоб, паховые области, особенно при противопоказаниях к применению жаропонижающих средств.

Необходимость применения жаропонижающих препаратов при гриппе определяется не столько абсолютными цифрами температуры тела, сколько самочувствием больного, показателями гемодинамики и состоянием ЦНС. Чем выше температура тела при гриппе, тем быстрее выработка гамма-интерферона. Если жаропонижающие препараты не применялись, то к концу первых – началу вторых суток синтез собственного гамма-интерферона достигает максимума, запуская весь комплекс защитных реакций.

При нарушении сна – экстракт валерианы (детям 1 капля на 1 год жизни).

Для купирования воспалительного процесса в ротоглотке – полоскание зева раствором йода (100 мл воды + 5 капель раствора Люголя) каждые 3 часа по 10 минут (вирус гриппа инактивируется малыми дозами йода).

Показания для вызова скорой медицинской помощи: упорная лихорадка (выше 39С, не снижающаяся после применения жаропонижающих средств), появление жалоб на одышку (чувство нехватки воздуха), кровохарканье, снижение артериального давления, нарушение сознания, судороги.

Госпитализация

В подавляющем большинстве случаев лечение больных гриппом проводится в амбулаторных условиях.

Госпитализация определяется клиническими и эпидемиологическими показаниями.

1. Клинические показания:

- осложнённые формы гриппа;
- тяжёлые формы гриппа;
- грипп у детей до 3-х лет;

- грипп у беременных женщин;
- грипп у больных старше 65 лет;
- грипп у больных с серьёзными сопутствующими заболеваниями (бронхиальной астмой, ХОБЛ, сахарным диабетом, застойной сердечной недостаточностью, тяжёлыми заболеваниями почек, печени, эпилепсией и др.).

2. Эпидемиологические показания:

- декретированные группы лиц (проживающие в общежитиях, домах ребёнка, домах для пожилых и др.);
- больные, проживающие в многодетных семьях.