В Горловку пришел «летний грипп»

Горловский Медиа Портал
04.09.10 15:20



С наступлением сентября гораздо больше, чем обычно, украинцев заболели «летним гриппом». В этом нет ничего удивительного. «В конце августа и начале сентября всегда наблюдается всплеск ОРВИ, так называемый «летний грипп», - объясняет Оксана Маяцкая, семейный терапевт. Симптомы заболевания похожи на сезонный грипп – высокая температура от 37 до 39,5, незначительные боли в горле, насморк. Такое болезненное состояние длится 3-5 дней.

Главная причина «летнего гриппа» - снижение иммунитета после изнуряющей жары. Тем более в этом году, с его особенно жарким, солнечным летом. В результате все три месяца – с июня по август - люди подвергались чрезмерной инсоляции (облучение прямыми солнечными лучами). И даже те, кто не ездил на морские курорты, получили повышенную дозу солнца. Не стоит забывать и еще об одной серьезной причине заболевания - резкий перепад температуры. Все это привело к снижению иммунитета, пишет proUA . На этом фоне организм оказался беззащитным перед самыми различными вирусами.

Какая может быть профилактика от летнего гриппа? Элементарная! Не пить ледяное пиво, не давать детям холодное молоко, не сидеть под кондиционером в офисе и не щеголять загорелыми ногами во вьетнамках, когда идет сентябрьский дождь.

«Можно пользоваться оксолиновой мазью», - советует Оксана Маяцкая. Ее нужно наносить утром на крылья носа и чуть-чуть в ноздри. И взрослым, и детям. А вечером после работы промывать и чистить нос. Целесообразно принимать такие препараты, как афлубин, эгнистол, анаферон и другие иммуномодуляторы. Такие лекарства борются с вирусами опосредованное, через укрепление иммунитета.

Если все-таки заболевания не удалось избежать, то лечиться нужно как при любом ОРВИ – симптоматически: необходим покой, обильное питье, прием жаропонижающих, лечение насморка и больного горла.

«В этом случае уже нельзя принимать чисто противовирусные препараты», - уточняет доктор Оксана Маяцкая. Врач настоятельно рекомендует: если человек заболел «летним гриппом», то ему нельзя ходить на работу и отпускать детей в садик и в школу. Потому что даже такой грипп может привести к обострению хронических заболеваний, а у детей – к аденоидиту и ангинам.

И еще один очень важный момент - не поддаваться гриппозной панике, которую начинают нагнетать уже в сентябре. Нам еще предстоит пережить нагнетание истерии перед очередной эпидемией нового штамма гриппа с наступлением холодов.