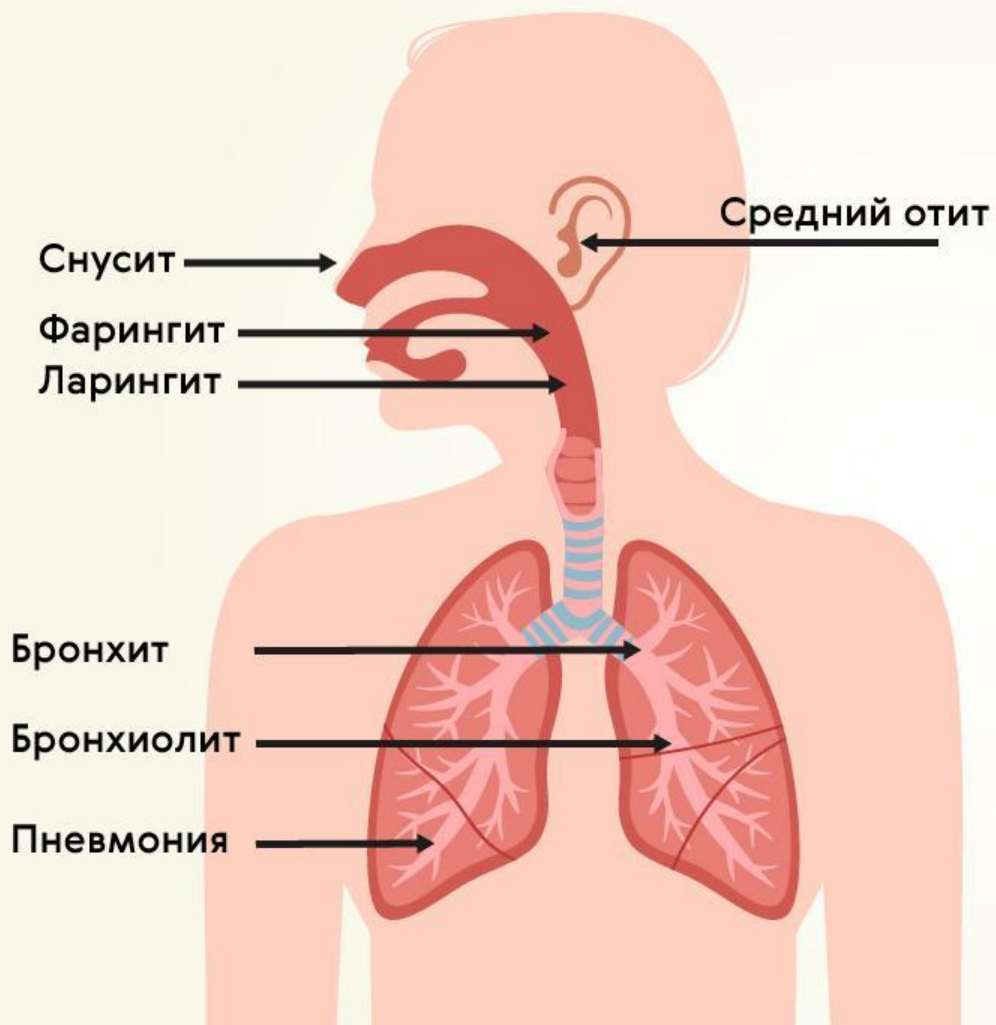


ОРВИ

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- **Инфекция** (от *лат.* infectio — вносить нечто вредное, заражать) как биологическое явление представляет собой взаимодействие, по меньшей мере, одного вида патогенного микроорганизма с макроорганизмом.
- Следует подчеркнуть, что **инфекционный процесс** - один из самых сложных в природе биологических процессов, а **инфекционные болезни** являются грозными разрушительными факторами для человеческого общества, наносящими ему колоссальный экономический ущерб.

Группа инфекционных заболеваний	Краткая характеристика	Инфекции, входящие в группу
Кишечные инфекции	Возбудитель выделяется с фекалиями или мочой. Факторами передачи служат пища, вода, почва, мухи, грязные руки, предметы бытовой обстановки. Заражение происходит через рот.	Брюшной тиф, паратиф А и Б, дизентерия, холера, пищевые токсикоинфекции и др.
Инфекции дыхательных путей, или воздушно-капельные инфекции	Передача осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем.	Грипп, корь, дифтерия, скарлатина, натуральная оспа и др.
Кровяные инфекции	Возбудитель передается через укусы кровососущих насекомых (комары, клещи, вши, москиты и др.)	Сыпной и возвратный тиф, малярия, чума, туляремия, клещевой энцефалит и др.
Зоонозные инфекции	Болезни, передающиеся через укусы животных	Бешенство
Контактно-бытовые	Болезни передаются при непосредственном контакте здорового человека с больным, при котором возбудитель инфекции переходит на здоровый орган. Фактор передачи отсутствует	Инфекционные кожно-венерологические заболевания, передающиеся половым путем (сифилис, гонорея, хламидиоз и др.)



Вирусы, поражающие верхние дыхательные пути:

- Риновирус
- Коронавирус
- Вирус гриппа
- Вирус парагриппа
- Респираторно-синцициальный вирус
- Вирус герпеса
- Аденовирус
- Бокавирус
- Вирус Коксаки

Вирусы, поражающие нижние дыхательные пути:

- Вирус гриппа
- Вирус парагриппа
- Респираторно-синцициальный вирус
- Аденовирус
- Бокавирус
- Метапневмовирус

Риновиральная инфекция

- Риновиральная инфекция – острое инфекционное заболевание, вызванное вирусами, поражающими преимущественно слизистую носа, со слаботекущей интоксикацией.

Профилактика риновирусной инфекции

- Препараты, применяемые для лечения, но в профилактических дозировках.
- Арбидол с 2-6 лет по ½ таблетки за 30 минут до или после еды, до 12 лет – по 1 таблетке, после 12 лет – по 2 таблетки. Курс приёма – 2 недели.
- Интерферон-α. Ампулу разводите тёплой водой до метки и набираете пипеткой, после этого 2-3 раза в день закапываете в нос, стараясь попасть на заднюю стенку глотки, там сосредоточение лимфоидной ткани, а не на спинку носа.
- Циклоферон, Эхиноцея – тот же иммунал, но дешевле. Добавляют несколько капель в чай.
- Также следует изолировать больных сроком 7-14 дней. Проводится двукратная влажная уборка с дезинфицирующими средствами. Для больного выделяется отдельная посуда. Хорошей профилактикой вирусных и бактериальных заболеваний является полноценный завтрак, т.к. таким образом активируются антитела и происходит лёгкая сенсibilизация организма к чужеродным агентам.
- Специфической профилактики в виде вакцинации – нет.

СИМПТОМЫ, ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА

ГРИППА



ПРОФИЛАКТИКА

- ТЩАТЕЛЬНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ
- ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С КАШЛЯЮЩИМИ И ЧИХАЮЩИМИ
- НОСИТЬ ЗАЩИТНЫЕ МАСКИ
- ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, КОТОРЫЙ ВКЛЮЧАЕТ ПОЛНОЦЕННЫЙ СОН, ЗДОРОВУЮ ПИЩУ, ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ
- ДЕЛАТЬ ПРИВИВКИ ПРОТИВ ГРИППА
- ПИТЬ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ И ПРИНИМАТЬ ВИТАМИН С

УХОД ЗА БОЛЬНЫМ

- НЕ ПОЗВОЛЯЙТЕ ОКРУЖАЮЩИМ ПРИБЛИЖАТЬСЯ К БОЛЬНОМУ БЛИЖЕ, ЧЕМ НА МЕТР
- ПРИ КОНТАКТЕ С БОЛЬНЫМ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ МАСКИ
- ПОСЛЕ КАЖДОГО КОНТАКТА МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ПОСТОЯННО ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ, В КОТОРОМ НАХОДИТСЯ БОЛЬНОЙ
- ЕЖЕДНЕВНО ПРОВОДИТЕ УБОРКУ, ИСПОЛЬЗУЯ МОЮЩИЕ ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА

СИМПТОМЫ

СПУСТЯ 1-5 ДНЕЙ, ПОСЛЕ КОНТАКТА С ЗАБОЛЕВШИМ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ:

- ГОЛОВНЫЕ БОЛИ
- ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА ДО 39-40 °С
- КАШЕЛЬ, БОЛЬ В ГОРЛЕ, ЗАТРУДНЕНИЕ ДЫХАНИЯ
- ОЗНОБ, ОБЩАЯ СЛАБОСТЬ
- МЫШЕЧНЫЕ БОЛИ, БОЛИ В СУСТАВАХ
- РВОТА И ДИАРЕЯ

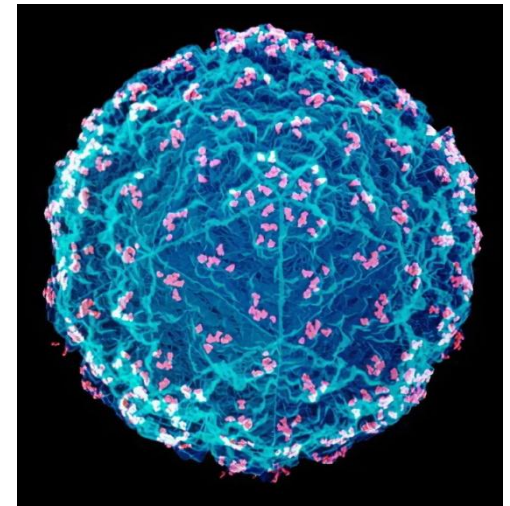
ЛЕЧЕНИЕ

ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ НЕЗДОРОВЫМ, ПОЯВИЛАСЬ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА, КАШЕЛЬ ИЛИ БОЛИ В ГОРЛЕ:

- ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА И НЕ ВЫХОДИТЕ НА РАБОТУ, В ШКОЛУ ИЛИ ДРУГИЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ МЕСТА
- НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ
- ОТДЫХАЙТЕ И ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ
- ТЩАТЕЛЬНО И ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ, ОСОБЕННО ПОСЛЕ КАШЛЯ И ЧИХАНИЯ
- СООБЩИТЕ СЕМЬЕ И ДРУЗЬЯМ О ВАШЕЙ БОЛЕЗНИ, ИЗБЕГАЙТЕ КОНТАКТА С ЛЮДЬМИ

ВО ВНЕШНЕЙ СРЕДЕ ВИРУС СОХРАНЯЕТ АКТИВНОСТЬ В ТЕЧЕНИЕ 72 ЧАСОВ.
ЛЮДИ, ЗАРАЖЕННЫЕ ГРИППОМ, ОПАСНЫ ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ В ТЕЧЕНИЕ 7-10 ДНЕЙ.

Человек любого возраста может заразиться вирусом парагриппа любого типа. Симптомы парагриппа похожи на симптомы других острых респираторных вирусных инфекций. Большинство здоровых людей, инфицированных вирусом парагриппа, выздоравливают без лечения, часто инфекция протекает в легкой форме. Тем не менее, человек с ослабленной иммунной системой подвержен риску развития опасной для жизни инфекции.



При парагриппе в первую очередь поражается гортань (возникает ларингит и/или ларинготрахеит), а затем бронхи (бронхит и/или бронхиолит) и несколько реже — слизистая оболочка носа (ринит). Увеличение заболеваемости парагриппом обычно наблюдается весной и осенью, но случаи болезни наблюдаются круглогодично. Восприимчивость к парагриппу общая (заражаются и взрослые, и дети). У детей болезнь протекает, как правило, тяжелее, чем у взрослых, что связано с возможностью развития ложного крупа.

Начинается заболевание с поражения слизистой оболочки верхних дыхательных путей: все больные жалуются на осиплость или охриплость голоса (у некоторых — вплоть до полной афонии), першение или боль в горле, кашель (вначале сухой, затем переходящий во влажный с выделением серозной мокроты; если присоединяется бактериальная инфекция, начинает выделяться гнойная мокрота). Редко встречаются симптомы трахеита, чаще всего связанные с дальнейшим распространением болезни.

Температура тела при парагриппе, как правило, невысокая (у взрослых не более 38 °С, у детей может быть выше) либо нормальная. Во время болезни развивается инфекционный, а после перенесённого заболевания — постинфекционный астенический синдром: слабость, утомляемость, головные и мышечные боли.

Продолжительность болезни, если нет осложнений, в среднем 5—7 дней. Кашель может сохраняться до двух недель и больше.

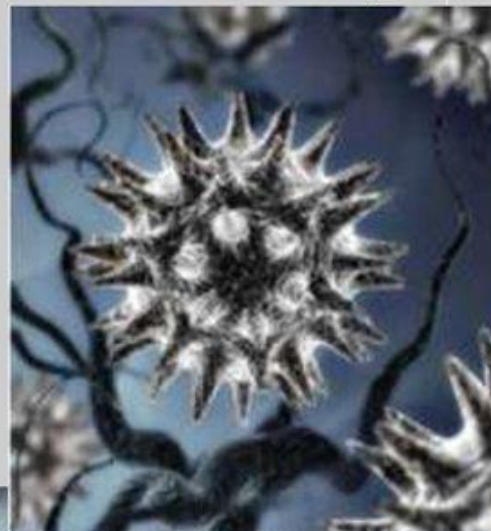


Респираторно - синцитиальный вирус

- РЕСПИРАТОРНО-СИНЦИТИАЛЬНЫЙ ВИРУС (РС-ВИРУС) -вызывающий инфекции дыхательных путей. Респираторный синцитиальный вирус является основной причиной инфекций нижних дыхательных путей у новорожденных и детей. От данного вируса не существует вакцины. Лечение ограничено поддерживающей терапией, возможно применение кислородной маски.



Рис. 4.51. Схема строения парамиксовируса



АДЕНОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ

ДНК-содержащий вирус семейства Adenoviridae

ОРЗ характеризующиеся лихорадкой, поражением лимфоидной ткани, слизистых оболочек дыхательных путей, нередко конъюнктивы глаз, кишечника и умеренно выраженными симптомами интоксикации

Инкубационный период

- 1-14 дней

Источником инфекции:

больной человек,
вирусоноситель

Путь передачи:

воздушно-капельный
фекально-оральный

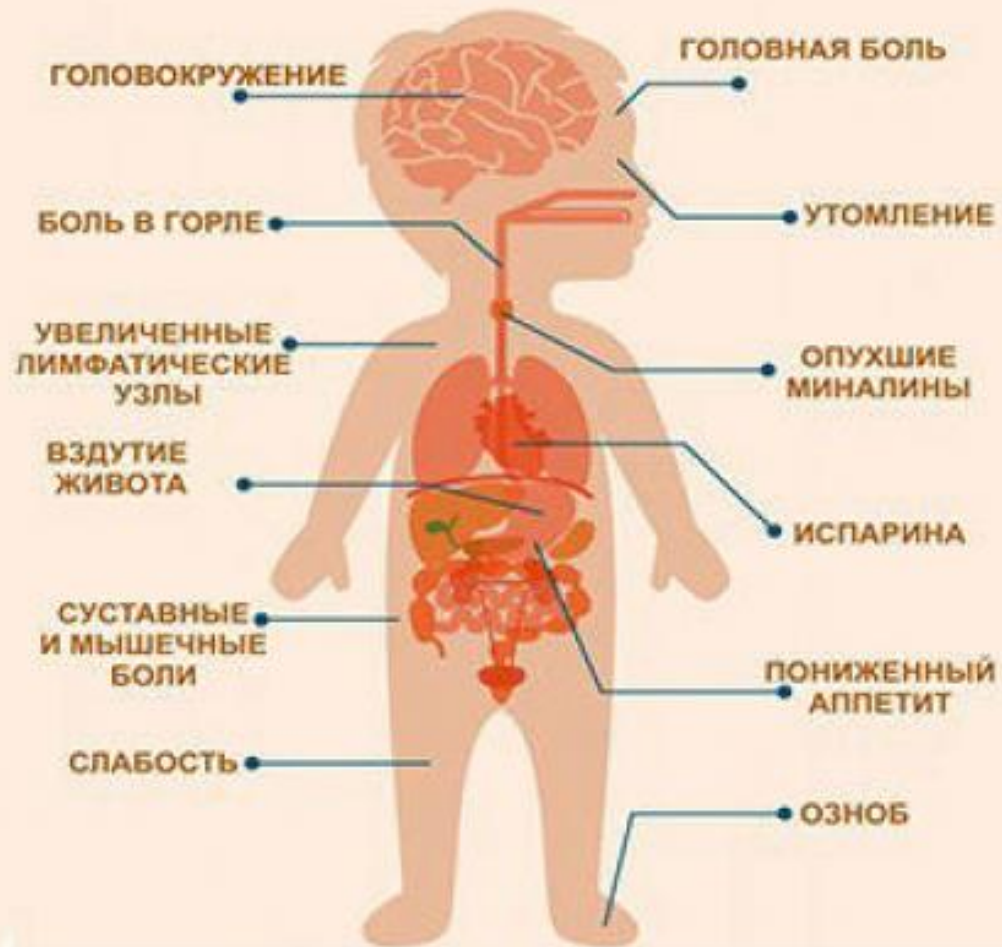
Восприимчивый

контингент:

чаще дети от 6
месяцев до 5 лет



СИМПТОМЫ ЗАРАЖЕНИЯ ВИРУСОМ ЭПШТЕЙНА-БАРР



Бокавирус относится к парвовирусам, вызывает заболевания верхних и нижних дыхательных путей, которые протекают в виде ринита, острого отита, тонзиллита, фарингита, ларинготрахеита, пневмонии, бронхиолита и бронхита, в том числе с развитием обструкции. Инфекция характеризуется легким и средней тяжести течением. Наиболее характерные симптомы — кашель, насморк, повышение температуры до 38–40 °С, затрудненное дыхание, диарея, рвота, конъюнктивит. Смешанная бокавирусная инфекция обнаруживается в сочетании с аденовирусной инфекцией, гриппом, парагриппом и РС-вирусной инфекцией. Как правило, заболевание начинается остро, клинические проявления при смешанной инфекции имеют характерные симптомы той или иной инфекции и отличаются многообразием. Чаще встречается осложненное и затяжное течение. Выявлена связь бокавирусов с гастроэнтеритами. Механизмы передачи: воздушно-капельный и фекально-оральный.

Метапневмовирус относится к парамиксовирусам. Циркуляция вируса продолжается на протяжении года, наиболее активно с марта по июнь и с сентября по декабрь.

Наиболее частыми проявлениями метапневмовирусной инфекции является ринорея, кашель, гипертермия, развитие бронхита, бронхиолита, пневмонии. Болезнь протекает на фоне фебрильной температуры или лихорадки, которая сохраняется в среднем в течение 4-6 суток.

Выраженный интоксикационный синдром встречается в половине случаев. У всех детей имеет место гиперемия слизистой ротоглотки.

Одышка, преимущественно инспираторного характера, появляется с первых дней. У 19% больных детей с метапневмовирусной инфекцией диагностируют диспепсический синдром: рвоту и жидкий стул без патологических примесей. Среди клинических форм метапневмовирусной инфекции чаще всего встречается метапневмовирусный ринофарингит и бронхит. У детей с отягощенным аллергическим анамнезом часто возникает обструктивный бронхит, протекающий в среднетяжелой и тяжелой форме. Механизм передачи – воздушно-капельный.

ПРИЗНАКИ ВИРУСА КОКСАКИ



- Лихорадка
- Характерная, болезненная сыпь на коже (ладони, стопы, слизистые оболочки)
- Ангинозные проявления с болевым синдромом
- Слабость

ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

- ★ менингит
- ★ энцефалит
- ★ паралич
- ★ сердечная недостаточность
- ★ диабет инсулинозависимый



КАК ПЕРЕДАЕТСЯ



Воздушно-капельным путем



Через кожу



Фекально-оральным путем



Через предметы общего пользования

МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ



Необходимо симптоматическое лечение. Как правило, это **жаропонижающие** и **антигистаминные средства**, сбивающие температуру, снимающие болевые ощущения и облегчающие зуд из-за сыпи.

8 ПРОДУКТОВ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ БЫСТРЕЕ ВЫЗДОРОВЕТЬ

При ОРВИ или гриппе врачи рекомендуют особое внимание уделить теплomu питью, а есть часто и понемногу (5-6 раз в день).

БРЮССЕЛЬСКАЯ КАПУСТА

Содержит витамина С почти в 3 раза больше, чем лимон. Готовить лучше в микроволновой печи.



ОТВАР ШИПОВНИКА

Полезен, благодаря высокому содержанию витамина С и противовоспалительным свойствам. Варить шиповник нужно не более 7 минут, далее заваривать в термосе.



КУРИНЫЙ БУЛЬОН

Чтобы тело было сильным, ему нужен белок, который можно получить, выпив чашку ароматного бульона. В период болезни рекомендуется теплое питье. Горячие напитки раздражают слизистую и могут обжечь горло.



ТРАВЯНЫЕ ОТВАРЫ

При ОРВИ и гриппе особенно полезны ромашка, лист брусники, шалфей, липовый цвет и мать-и-мачеха.

МЕД

Обладает потогонным действием и содержит биологически активные вещества, способствующие укреплению организма. С чайной ложки меда можно начинать утро.



МОРСКАЯ РЫБА

В ней содержится большое количество полиненасыщенных жирных кислот семейства омега-3, необходимых для создания противовоспалительных веществ.

ПРОДУКТОВ для ЗДОРОВЬЯ

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Особо рекомендованы творог, простокваша, йогурты и кефир. Они улучшают микрофлору кишечника, стимулируя иммунную систему.



А ЧТО НА ДЕСЕРТ?

Сладкоежки попросят конфету или пирожное. Но сахар снижает активность главных борцов с вирусами – лейкоцитов. Дайте ребенку яблоко или курагу.



Профилактика ОРВИ (при эпидемии)

- не применять для профилактики противовирусные средства
- избегать мест массового скопления людей (мероприятия, общественный транспорт, супермаркеты)
- использовать маску при контакте с больным или в местах скопления людей (задерживает слюну и носовую слизь)
- чаще мыть руки, не прикасаться к лицу
- обильное питье (компот, морс, травяной чай, соки, минеральная вода)
- увлажнение слизистых носа не менее 1 раза в час (закапывать 0,9% раствор NaCl: 1 ч.л. на 1 л воды)
- использовать одноразовые платочки и дезинфицирующие салфетки
- правильно кашлять и чихать (в салфетку, в локоть)
- пользоваться кредитной картой (деньги переносят инфекцию)
- при первых признаках болезни обратиться к врачу



КАК УХАЖИВАТЬ ЗА БОЛЬНЫМ ПРИ ОРВИ И ГРИППЕ?

- Проверяйте температуру тела не менее 3-х раз в день. При температуре выше 38,5°C дайте больному жаропонижающее.

- Давайте взрослому и ребенку обильное теплое питье. Настой шиповника, ромашковый чай, морсы на основе смородины, брусники, клюквы, теплый чай (можно с лимоном), воду. Взрослым можно предложить имбирный чай.



- Дважды в день делайте влажную уборку в комнате, где находится больной.

- Мойте руки после каждого контакта с больным.

- При контакте с больным надевайте маску.

- Регулярно проветривайте комнаты в доме или квартире.

В качестве профилактики можно принимать противовирусный препарат Кагоцел. Он увеличивает выработку в организме человека собственных интерферонов — особых белков, обладающих высокой противовирусной активностью.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ