



## Что такое грипп и чем он опасен?

Грипп — острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызванное вирусом гриппа, принадлежащего вирусам РНК (семейству Orthomyxoviridae). Включает несколько родов: А (человеческий индивидуум, птицы, млекопитающие), В (человек), С (человек). Заражение гриппом происходит от больного человека, воздушно-капельным путем — с каплями слюны или мокроты при дыхании, разговоре или чихании. Также грипп передается воздушно-пылевым и контактно-бытовыми путями — через грязные руки, предметы обихода.

Продолжительность инкубационного периода составляет от 4-12 часов до 3 суток. Среди основных симптомов гриппа — жар, температура 37,5–39 °С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, боль и першение в горле. Обычно грипп начинается внезапно. Возбудители гриппа, вирусы типов А и В, отличаются агрессивностью и исключительно высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после заражения вирус приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в неё бактерий.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьёзнее, возможно тяжёлое течение болезни из-за создания благоприятной среды для присоединения других инфекций и развития осложнений, вплоть до смертельных исходов.

Вот список некоторых возможных осложнений:

- Лёгочные осложнения – пневмония, бронхит . Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.
- Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов – отит, синусит, ринит, трахеит.
- Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы – миокардит, перикардит.
- Осложнения со стороны нервной системы – менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты.

**Как защитить себя от гриппа?** Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание. Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает тактику лечения. Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является **вакцинация**, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана следующим группам населения:

- всем детям, начиная с 6 месяцев,

- студентам
- призывникам в Российскую армию
- беременным женщинам
- гражданам пенсионного возраста
- людям, имеющим хронические заболевания,
- лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Прививку от гриппа лучше всего делать за 2–3 недели до начала роста заболеваемости, когда эпидемия еще не началась. Иммунитет вырабатывается примерно 2 недели. Рекомендации ВОЗ относительно состава вакцин против гриппа для использования в Северном полушарии в сезон гриппа в 2019-2020 гг.:

- **вирус, подобный A/Brisbane/02/2018 (H1N1)pdm09**
- **вирус A/Kansas/14/2017 (H3N2)**
- **вирус, подобный B/Colorado/06/2017 (линия B/Victoria/2/87)**
- **вирус, подобный B/Phuket/3073/2013 (линия B/Yamagata/16/88).**

Первые три штамма рекомендуются для включения в трехвалентные противогриппозные вакцины, а последний является рекомендуемым дополнительным штаммом для четырехвалентных противогриппозных вакцин.

В соответствии с Уставом, утвержденным приказом руководителя Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 31.03.2011 № 322, ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области» осуществляет основные и иные виды деятельности для достижения целей, ради которых оно создано.

На территории Самарской области ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области» имеет следующие филиалы, действующие на основании Положений:

- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Тольятти»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Новокуйбышевске»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Чапаевске»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Отрадном»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Сызрани»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в городе Нефтегорске и Нефтегорском районе»;
- филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области в Сергиевском районе»;
- Куйбышевский Дорожный филиал по железнодорожному транспорту ФБУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в Самарской области".

