

Памятка

для граждан по поводу опасного течения заболевания: в каких случаях, заболев инфекцией с гриппоподобными симптомами, нужно немедленно вызывать врача.

1. Симптомы гриппа и ОРВИ, при которых нужно остаться дома и избегать контактов с людьми:

- высокая температура,
- кашель,
- боли в горле,
- насморк или заложенность носа,
- ломота в теле,
- головная боль,
- озноб,
- слабость,
- потеря аппетита.

Нужно обратиться за медицинской помощью – врач определит объем необходимых исследований на грипп и определит тактику лечения, в том числе требуется ли пациенту прием симптоматических и противовирусных препаратов.

Заболевшие люди могут быть заразными не менее 7 дней после развития заболевания. Дети, особенно младшего возраста, могут оставаться заразными более длительный период времени.

2. При возникновении следующих сопутствующих тревожных симптомов за медицинской помощью нужно обратиться незамедлительно:

- затрудненное дыхание или чувство нехватки воздуха;
- боли или чувство тяжести в груди или в брюшной полости;
- ломота в теле;
- внезапное головокружение;
- спутанность сознания;
- сильная или устойчивая рвота;
- если симптомы заболевания ослабевают, но затем возобновляются вместе с высокой температурой и усилившимся кашлем.

В группе риска по тяжелому течению гриппа дети, пожилые, беременные, люди с хроническими заболеваниями.

Также в минздраве напомнили основные меры неспецифической профилактики, соблюдение которых снижает риск распространения ОРВИ. Это:

- Прикрывать рот и нос одноразовым носовым платком или салфеткой при чихании или кашле.
- Часто мыть руки водой с мылом, особенно, если при чихании или кашле прикрывали нос и рот рукой. Использовать антисептики.
- Стараться не прикасаться руками к глазам, носу и рту. Именно этим путем распространяются патогены.
- Избегать тесных контактов с заболевшими людьми.
- Очищать твердые поверхности, такие, как ручки двери, с помощью бытовых дезинфицирующих средств, делать влажную уборку и проветривать помещение.