

## Гонконгский грипп 2016-2017



Каждый год в зимние месяцы на всей территории России отмечается повышение заболеваемости [ОРВИ](#) и [гриппом](#). Этой зимой россиянам предстоит встретиться с уже забытым штаммом вируса гриппа – Гонконгским ([A/Hong Kong/4801/2014 -H3N2](#)). Возбудитель этого гриппа опасен тем, что может вызвать не только эпидемию в отдельных регионах страны, но целую пандемию с охватом нескольких стран. Такая пандемия свирепствовала в 1968 году в Гонконге и в ряде других стран мира, поэтому грипп назвали «гонконгским».

**Особую опасность гонконгский грипп представляет для детей первых двух лет жизни и пожилых людей, у них чаще всего развиваются осложнения.** Остальным также необходимо быть на чеку, поскольку иммунитета к этому заболеванию у россиян нет, заболеть может каждый.

### Симптомы гонконгского гриппа

Первые признаки [гонконгского гриппа](#) появляются через 1-2 дня после заражения. Они такие же, как и при других видах гриппа.



Это слабость, [головная боль](#), недомогание, высокая температура тела, озноб, [боли в руках и ногах, спине и пояснице](#), боли в глазах, заложенность носа и горла, [сухой](#) кашель. У некоторых больных возможно появление рвоты, поноса, болей в животе.

Тяжелое состояние сохраняется, как правило, 3-4 дня, затем самочувствие постепенно улучшается, снижается температура, **проходит кашель и боль в горле**. Если же состояние не улучшится, а температура не снизится или даже поднимется после короткого снижения, следует думать об осложнениях.

### Осложнения гонконгского гриппа

В пандемию 1968 года были зарегистрированы такие серьезные осложнения, как миокардит, [пневмония](#), [энцефалит](#), [менингит](#), и даже шоковое состояние. Кроме этого, отмечались [трахеиты](#), [бронхиты](#), отиты, гаймориты. Возможные отдалённые последствия гриппа: дисфункция печени, поджелудочной железы, почек и эндокринных желез.

**У людей, имеющих хронические заболевания внутренних органов, гонконгский грипп может вызвать обострение и декомпенсацию работы этих органов.** Особо опасен Гонконгский грипп для детей с **врожденными пороками сердца**, заболеваниями нервной системы, **сахарным диабетом, бронхиальной астмой**, и для взрослых, страдающих сердечно-сосудистыми и легочными заболеваниями.

### Лечение гонконгского гриппа



**При появлении первых симптомов гриппа больной должен остаться дома.** Хождение в садик, школу, на работу в таком состоянии провоцирует затяжное течение болезни, развитие осложнений и приводит к опасности заражения окружающих людей. Нельзя заниматься самолечением, нельзя больному идти на приём в поликлинику, необходимо вызвать врача на дом. Лечение гонконгского гриппа, как правило, проводится в домашних условиях. Но если заболевание протекает тяжело и с осложнениями, требуется госпитализация. Особенно осторожное отношение к гриппу должно быть у маленьких детей, стариков, людей с хроническими недугами, и у беременных женщин. Этим категориям населения, как правило, рекомендуют лечение в стационаре.

**Лечение гонконгского гриппа включает:** постельный режим, диетическое питание, обильное питье, противовирусную терапию и симптоматическое лечение. Если болезнь протекает без осложнений, возможно, противовирусная терапия не понадобится. В противном случае могут быть назначены средства, активные в отношении вирусов гриппа типа А: **Римантадин**, Озелтамивир, препараты **интерферонов** (Виферон); стимуляторы образования интерферонов в организме больного (Циклоферон, Мефенаминовая кислота и пр.).

Симптоматическая терапия включает **жаропонижающие средства**. Нужно запастись несколькими лекарствами (лучше всего, парацетамол и ибупрофен), так как температура с первого раза может и не опуститься, а превышать дозу препарата нельзя. Для лечения ребенка должны быть разные лекарственные формы – сироп, свечи (сиропа более эффективны при высокой температуре, а свечи подходят для снижения небольшой температуры или если после принятия сиропа у ребёнка рвота). Категорически нельзя при гонконгском гриппе сбивать температуру аспирином, это касается и взрослых, и детей.

**При болях в горле** можно применять растворы для полоскания, спреи, сосательные таблетки.

**Лекарства от кашля.** Если кашель сухой и изнуряющий, врач может назначить противокашлевой препарат, если же отходит мокрота – отхаркивающий.

**Витамины** - при гриппе назначают **аскорбиновую кислоту**.

## Профилактика гонконгского гриппа



**Самая эффективная мера защиты от гонконгского гриппа – [прививка](#)**

Прививку необходимо сделать ещё до наступления эпидемии!

И в любом случае надо соблюдать простые меры профилактики острых респираторных вирусных инфекций:

- в период сезонного подъёма заболеваемости свести до минимума контакты;
- приходя домой, мыть руки;
- чаще проветривать рабочие и домашние помещения;
- регулярно проводить влажную уборку,
- периодически протирать дезсредствами мобильные телефоны.

Помимо этого, нужно полноценно питаться, заниматься спортом и не переутомляться.

Ещё одна хорошая мера профилактики: перед выходом на улицу и по возвращению домой промывать нос солевым раствором.

Увлажнение слизистой носа способствует активизации местного иммунитета и удалению из носовых ходов скопившихся там за день вирусов и бактерий.