

## Действия при эпидемии гриппа в Москве

28.01.2016

Зимняя переменчивая погода, когда сильные морозы сменяются затяжными оттепелями с плюсовой температурой опасна возможностью подхватить простуду. А с учетом того, что в центральных регионах России в эти дни участились случаи заболевания гриппом и ОРВИ, специалисты Главного управления МЧС России по Тамбовской области считают не лишним еще раз напомнить о правилах безопасности и профилактике заболеваний.

Грипп, ОРВИ - группа вирусных инфекционных заболеваний, характеризующаяся катарально-респираторным синдромом. Грипп отличается от других заболеваний выраженной лихорадкой, интоксикационным синдромом. Источник инфекции - больной человек, путь передачи: воздушно - капельный.

Симптомы ОРВИ и гриппа: острое начало заболевания, повышение температуры тела до 38\*С, головная боль, озноб, заложенность носа, насморк, сухость и «першение» в горле, сухой кашель, чихание. При гриппе подъем температуры может достигать 40\*С, характерны ломящие боли в мышцах и суставах, покраснение конъюнктивы глаз. ОРВИ у детей нередко сопровождается жидким стулом, возможна рвота.

Как лечить ОРВИ.

С этим вопросом сталкивается каждый человек. Лечение ОРВИ и гриппа симптоматическое. Используйте обильное питье, жаропонижающие средства, сосудосуживающие капли в нос, витаминотерапию. В связи с возможностью присоединения вторичной бактериальной инфекции и развития осложнений: синусит, отит, бронхит, пневмония, необходима консультация специалистов.

Профилактика ОРВИ и гриппа:

- закаливание;
  - достаточное полноценное питание;
  - регулярные занятия физкультурой;
  - вакцинация;
  - гигиена;
  - проветривание помещения и регулярная влажная уборка;
  - мойте руки с мылом, и чем чаще, тем лучше! Это отличный способ не подхватить вирус.
-

Адрес страницы: <http://marfino.mos.ru/presscenter/news/detail/2473913.html>

---

[Управа района Марфино](#)