

# 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 называли «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 серьёзные 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.

### 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 контакт
- 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.