

ОРВИ и грипп: признаки, симптомы, лечение и профилактика

Что такое ОРВИ? Что такое грипп?

Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) – общее название инфекционных заболеваний, вызванных различными респираторными вирусами — аденовирусом, коронавирусом, риновирусом, вирусом парагриппа, респираторно-синцитиальным вирусом.

Вирус гриппа также входит в группу ОРВИ.

Почему же выделяют грипп из большой группы ОРВИ?

Грипп в отличие от ОРВИ может протекать намного тяжелее. Кроме этого острые респираторные вирусные инфекции ОРВИ очень редко вызывают осложнения. Особенностью вируса гриппа является высокая частота осложнений. Для гриппа характерно возникновение эпидемий.

Осложнения гриппа

Вирус гриппа нарушает защитные функции слизистой дыхательной системы, поэтому грипп может спровоцировать развитие таких осложнений, как пневмония, бронхит, осложнения со стороны ЛОР-органов (гайморит, тонзиллит, отит) аллергия, а в очень тяжелых случаях — сердечно-легочная недостаточность.

Развитию осложнений способствуют хронические заболевания, которые имеются на момент инфицирования. Такие хронические заболевания, как бронхит, бронхиальная астма, заболевания почек, сердца и другие, при гриппе начинают обостряться.

У детей при гриппе возможно появление вторичной иммуносупрессии, задержки психомоторного и физического развития, заболеваний сердца и сосудов.

В группу риска развития тяжелых последствий гриппа входят:

- люди старше 65 лет;
- дети до 12 лет;
- люди, страдающие хроническими заболеваниями внутренних органов (сердечно-сосудистой системы, легких, почек, печени, крови);
- люди, страдающие сахарным диабетом, ожирением;
- люди с угнетенной или недоразвитой иммунной системой, страдающие иммунодефицитами.

Симптомы гриппа и симптомы ОРВИ. Чем отличается грипп от ОРВИ?

От типа вируса во многом зависит, какими симптомами проявится то или иное ОРВИ. Клинические проявления гриппа и других вирусных

респираторных инфекций во многом схожи, но есть отличительные признаки гриппа и ОРВИ.

Как отличить ОРВИ от гриппа?

| Симптомы | Симптомы ОРВИ | Симптомы гриппа, признаки гриппа |
|---|---|---|
| Начало заболевания (ухудшение самочувствия) | Начинается постепенно, отмечается повышенная утомляемость. Симптомы нарастают постепенно в течение 1-2 суток. | При гриппе характерно острое начало, резко наступает ухудшение общего состояния, (сразу становится плохо), человек буквально за час теряет силы. |
| Температура тела | При ОРВИ температура может не повышаться Температура поднимается не сразу, а на протяжении нескольких дней Температура редко превышает 38,5 градусов Характерны колебания температуры, к утру она понижается, а вечером опять возрастает. Через 2-3 дня нормализуется | При гриппе температура поднимается сразу выше 39 градусов Температура при гриппе держится стабильно на уровне 39-40 градусов, держится более 3 дней. Плохо снижается жаропонижающими средствами Нормализуется через 5 дней |
| Насморк | Признак ОРВИ - сильный насморк, сильно закладывает нос, когда «течет из носа» слизистая носоглотки отекает | при гриппе легкая заложенность носа, либо заложенность отсутствует насморк может появиться на второй день и проходит, как правило, за два дня |
| Боль в горле | Боль в горле, першение, сухость в горле и красное горло чаще являются признаком ОРВИ. Возможно изменение тембра голоса из-за воспаления гортани Горло остается красным на протяжении всей болезни | Горло и мягкое небо могут сильно отекать и краснеть |
| Налет на слизистых | Имеется налет | Налет отсутствует |

| | | |
|------------------------|---|---|
| оболочках | | |
| Чихание | при ОРВИ чихание - это первый симптом заболевания. Возможно интенсивное чихание | Чихание при гриппе возникает редко или отсутствует |
| Кашель | При ОРВИ кашель появляется сразу Отмечается боль в груди Кашель отрывистый, сухой. Может быть как слабым, так и выраженным. Кашель постепенно становится влажным и отхаркивающим. | При гриппе кашель появляется на второй день. Отмечается боль в груди. Боли в грудной клетке, связанные с дыханием |
| Симптомы интоксикации | При ОРВИ чувствуется слабость, но симптомы интоксикации выражены слабо: Головная боль; Озноб; Ломота во всем теле; Боль при движении глазами | При гриппе сильно выражены симптомы интоксикации: Сильная головная и мышечная боль; Озноб Сильная ломота во всем теле; Боль при движении глазами Повышенная чувствительность к свету Повышенное потоотделение |
| Покраснение глаз | Покраснение глаз при ОРВИ встречается редко Вирус ОРВИ воздействует на слизистую глаз, что может привести к развитию конъюнктивита, слезотечения и светобоязни. | Обычно появляется при гриппе Часто конъюнктивит |
| Тошнота, рвота, диарея | Возникают очень редко | Иногда наблюдаются симптомы желудочно-кишечных расстройств (рвота, тошнота, понос). У детей проявляются чаще, у взрослых диарея развивается намного реже. |

На практике бывает трудно отличить грипп от других ОРВИ, можно легко ошибиться, приняв грипп за другую инфекцию. Хотя грипп чаще дает характерные симптомы, врачи нередко отмечают, что вирус гриппа может проявляться нетипично, а другие ОРВИ напротив могут дать гриппозное течение.

Как диагностировать тип гриппа или ОРВИ?

Диагноз может поставить только врач, основываясь на клиническую картину заболевания, в результате осмотра пациента. Достоверно поставить диагноз грипп можно на основании лабораторных исследований. Чтобы точно определить какой вид и тип вируса атаковал организм, нужно сдать следующие анализы: анализ крови на ПЦР, выделение вируса из мазков горла, прямая и непрямая иммунофлуоресценция на мазках эпителия слизистой оболочки носа, серологический тест на наличие антигриппозных антител в крови и т. п.

Какой бывает грипп? Виды гриппа

Выделяют три типа вирусов гриппа (3 серотипа вируса):

Вирус гриппа А протекает наиболее болезненно, сопровождается заболеваниями тяжелой формы, может поражать как людей, так и животных. Эти вирусы, как правило, становятся источником эпидемии гриппа и пандемии.

Вирус гриппа В провоцирует вспышки локальных эпидемий и часто охватывает население одной страны. Вирус гриппа В иногда сопровождает и эпидемии вируса гриппа А, однако наблюдается только у людей.

Вирус гриппа С поражает людей. Эта форма является мало изученной, считается легкой, так как симптомы ее могут быть не заметны и никак не проявляться. Форма вируса гриппа С не вызывает никаких эпидемий, и обычно не приводит к тяжелым последствиям.

Наиболее тяжело среди гриппа типа А протекает несколько подтипов:

- Птичий грипп (H5N1 и H9N2)
- Свиной грипп (H1N1 и H3N2)

На сегодняшний день учеными выделено более 2000 подвидов вируса гриппа. Каждый год вирус гриппа мутирует.

В чем особенность опасного вируса свиного гриппа H1N1?

Симптомы свиного гриппа H1N1 аналогичны симптомам обычного сезонного гриппа: высокая температура тела (97%), кашель (более 90%), насморк (более 50%), боль в горле (50%), головная боль (более 45%), учащенное дыхание (40%), боли в мышцах (35%), конъюнктивит (около 10%). В некоторых случаях наблюдаются симптомы желудочно-кишечных расстройств, которые не характерны для сезонного гриппа (тошнота, рвота, диарея) (до 20%)

Тяжесть течения заболевания зависит от общего состояния организма, возраста человека. Особенно тяжело свиной грипп протекает у пожилых

людей, беременных женщин, маленьких детей, лиц с хроническими заболеваниями и иммунодефицитами.

Раннее появление осложнений. Обычно при гриппе осложнения возникают на 5-7 день и позже, а при свином гриппе осложнения могут развиваться на 2-3 день болезни.

Первичная вирусная пневмония – самое часто встречающееся осложнение свиного гриппа. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идет быстрыми темпами, у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность. Также могут отмечаться осложнения со стороны центральной нервной системы.

У детей клинически пневмония проявляется появлением дыхательной недостаточности (увеличение частоты дыхания, втяжение межреберий, появление хрипов в легких, цианоз и пр.), осложнения со стороны центральной нервной системы - угнетенное состояние, судороги, параличи. Может отмечаться обезвоживание организма (снижение активности, снижение диуреза, заторможенность, сонливость). Могут быть и другие осложнения (почечная и мультиорганная недостаточность, сепсис) и обострение хронических заболеваний

Инкубационный (скрытый) период гриппа обычно составляет 2-3 дня, но может длиться до 7 дней

Почему переболев гриппом можно заболеть снова?

Переболев гриппом, человек приобретает иммунитет к этому виду гриппа на определенный период: от 1 года до 3 лет. Однако это типоспецифичный иммунитет, т.е. эта защита действует только против одного конкретного вида и штамма вируса гриппа, а не против любого другого вида или нового его варианта, с которым раньше встречаться организму человека не доводилось. Таким образом, иммунитет к вирусам гриппа, которые циркулируют в текущем году, может оказаться неэффективным против вирусов гриппа, которые начнут циркулировать в следующем. Вирус гриппа легко меняет свою структуру, быстро изменяется и приспосабливается к новым условиям. Ежегодные эпидемии гриппа объясняются именно высоким уровнем изменчивости вируса. Поэтому человек, переболев гриппом однажды, заражается им снова и снова.

Пути передачи ОРВИ и гриппа

Заражение происходит:

- воздушно-капельным путем (при кашле, чихании, разговоре с больным)
- реже через предметы обихода (посуду, полотенца и т.д.)

Вирус ОРВИ и вирус гриппа, попадая на слизистые оболочки дыхательных путей (носа, горла, гортани), проникает в эпителий слизистых, где начинает выделять токсины, которые через кровь разносятся по всему организму, вызывая интоксикацию. Вирус гриппа, поражая эпителий слизистой оболочки, нарушает защитную функцию слизистой верхних

дыхательных путей, повышает проницаемость стенок капилляров. В результате, в организм человека беспрепятственно могут проникать другие микроорганизмы. Поэтому грипп может спровоцировать развитие тяжелых осложнений, например - пневмония, бронхит.

Инкубационный (скрытый) период ОРВИ и гриппа длится 2-7 дней

Лечение гриппа и лечение ОРВИ

На сегодняшний день существует несколько подходов в лечении ОРВИ и гриппа: симптоматическое, системное и комплексное.

Симптоматическое ОРВИ лечение - это применение лекарственных средств, направленных на борьбу с симптомами простудного заболевания: с кашлем, насморком, чиханием, повышенной температурой и др. Так, применяются различные спреи для горла и носа, капли, растворы для полоскания, ингаляции, компрессы, таблетки, порошки и т.д.

Системное лечение подразумевает борьбу непосредственно с первопричиной заболевания, т.е. с вирусом. В нее входит применение противовирусных и иммуномодулирующих препаратов.

Комплексное противовирусное ОРВИ лечение – это сочетание симптоматического и системного методов лечения.

Самым эффективным методом лечения гриппа и ОРВИ признано комплексное противовирусное ОРВИ лечение, поскольку помогает организму бороться с вирусами – главной причиной возникновения ОРВИ и гриппа.

Выбор лекарственного препарата для лечения ОРВИ и гриппа – это задача для практикующего врача. Выбор тактики назначения и ведения пациентов с ОРВИ или гриппом напрямую связан с тяжестью течения инфекционного процесса, формой заболевания и наличием осложнений.

Помните, что грипп и ОРВИ не подлежат лечению антибиотиком, т.к. антибиотики не оказывают влияния на вирусы. Применение антибиотиков для лечения ОРВИ и гриппа оправдано только в случае присоединения вторичной бактериальной инфекции. Если врач рекомендует антибиотик, значит, он подозревает бактериальную инфекцию.

Рекомендации при лечении гриппа и ОРВИ

- При подозрении заражения гриппом, следует оставаться дома и срочно обратиться к врачу.
- Можно принять противовирусное и иммуномодулирующее средство для укрепления защитных сил организма
- Обильное теплое питье показано для снятия симптомов интоксикации, способствует быстрому выведению токсинов из организма — не менее 2 литров в сутки (компоты, несладкие морсы, травяные чаи, соки, отвар шиповника).
- Следовать предписаниям врача.
- Соблюдать постельный режим

- Увлажнять воздух в помещении (увлажнители, влажная уборка, развешивают влажные полотенца на батарее).

- Увлажнять слизистые оболочки носа и рта – это необходимое условие нормального функционирования местного иммунитета дыхательной системы. Орошайте слизистую носа и рта ежедневно 2 раза в день (утром и вечером).

Важно вовремя обратиться за помощью к врачу, чтобы начать лечение. Важны и профилактические меры, особенно в период, предрасположенный для распространения эпидемии.

Профилактика гриппа и снижение риска заражения гриппом и ОРВИ

Особенно остро проблема профилактики ОРВИ и гриппа касается детей и беременных женщин, чья физиология ограничивает использование многих препаратов, а также людей группы риска развития тяжелых осложнений.

Рекомендации по снижению риска заражения гриппом и ОРВИ

- Часто и хорошо проветривайте помещение. Вирус гриппа активен в закрытом помещении. Вирус гриппа любит сухой воздух, тепло, отсутствие вентиляции.

- В период эпидемии гриппа избегайте многолюдные закрытые помещения.

- Гуляйте на свежем воздухе, на открытом воздухе риск заражения минимален. Вирус погибает в прохладной среде.

- После улицы часто мойте руки с мылом, умывайтесь, промывайте нос.

- Увлажняйте воздух в помещении (увлажнители, влажная уборка помещения, мокрое полотенце на батарее)

- Увлажняйте слизистые оболочки носа и рта – это является необходимым условием нормального функционирования местного иммунитета дыхательной системы. Ежедневно орошайте слизистые носа и рта 2 раза в день (утром и вечером).