Відділ освіти Оржицької РДА

Яблунівська ЗОШ І-ІІІ ст

**Бесіда**

**«Що таке грип, коронавірусна інфекція та інші гострі респіраторні вірусні інфекції (ГРВІ)?»**

Підготував:

класний керівник 7 класу

Бардик Ю.І.

**Вчитель:**

Грип, коронавірусна інфекція та інші гострі респіраторні вірусні інфекції (ГРВІ) знаходяться на першому місці за кількістю щорічно занедужують людей

Незважаючи на постійні зусилля, спрямовані на боротьбу зі збудниками грипу, коронавирусной інфекції та інших ГРВІ перемогти їх досі не вдається.

Щорічно від ускладнень грипу гинуть тисячі людей.

Це пов'язано з тим, що віруси, насамперед віруси грипу і коронавіруси мають здатність змінювати свою структуру і мутований вірус, здатний вражати людину знову. Так, перехворіла на грип людина має хороший імунний бар'єр, але тим не менш новий змінений вірус, здатний легко проникати через нього, так як імунітету проти цього виду вірусу організм поки не виробив.

**Для кого найбільш небезпечна зустріч з вірусом?**

Особливо важко переносять інфекцію діти і літні люди, для цих вікових груп дуже небезпечні ускладнення, які можуть виникнути під час захворювання. Діти хворіють важко у зв'язку з тим, що їхня імунна система ще не зустрічалася з даним вірусом, а для літніх людей, також, як і для людей з хронічними захворюваннями, вірус небезпечний через ослабленою імунною системи.

**Групи ризику**

* *Діти*
* *Люди старше 60 років*
* *Люди з хронічними захворюваннями легень (бронхіальна астма, хронічна обструктивна хвороба легень)*
* *Люди з хронічними захворюваннями серцево-судинної системи (вроджені вади серця, ішемічна хвороба серця, серцева недостатність)*
* *Вагітні жінки*
* *Медичні працівники*
* *Працівники громадського транспорту, підприємств громадського харчування*

**Яким чином відбувається зараження?**

Інфекція передається від хворої людини здоровій через дрібні крапельки слини або слизу, які виділяються під час чхання, кашлю, розмови. Можлива і контактна передача.

**Симптоми**

* *Залежно від конкретного виду збудника симптоми можуть значно відрізнятися як за ступенем вираженості, так і за варіантами поєднання.*
* *Підвищення температури*
* *Озноб, загальне нездужання, слабкість, головний біль, болі в м'язах*
* *Зниження апетиту, можливі нудота і блювота*
* *Кон'юнктивіт (можливо)*
* *Пронос (можливо)*

У середньому, хвороба триває близько 5 днів. Якщо температура тримається довше, можливо, виникли ускладнення.

**Ускладнення**

* *Пневмонія*
* *Енцефаліт, менінгіт*
* *Ускладнення вагітності, розвиток патології плода*
* *Загострення хронічних захворювань*

Лікування захворювання проводиться під контролем лікаря, який тільки після огляду пацієнта призначає схему лікування і дає інші рекомендації. Хворий повинен дотримуватися постільного режиму, повноцінно харчуватися і пити більше рідини.

**Антибіотики**

Приймати антибіотики в перші дні захворювання - велика помилка. Антибіотики не здатні впоратися з вірусом, крім того, вони несприятливо впливають на нормальну мікрофлору. Антибіотики призначає тільки лікар, лише у разі розвитку ускладнень, зумовлених приєднанням бактеріальної інфекції. Приймати антибактеріальні препарати для профілактики розвитку ускладнень - небезпечно і марно.

Хвора людина повинна залишатися вдома і не створювати загрозу зараження оточуючих.

**Профілактика**

Найефективнішим способом профілактики грипу є щорічна вакцинація. Склад вакцини проти грипу змінюється щороку. Насамперед, вакцинуватися рекомендується тим, хто входить в групу ризику. Оптимальний час для вакцинації жовтень-листопад. Вакцинація проти грипу можлива, починаючи з 6-місячного віку.

Вакцини проти більшості збудників гострих респіраторних вірусних інфекцій не розроблені.

**Універсальні заходи профілактики**

* *Часто і ретельно мийте руки*
* *Уникайте контактів з людьми, котрі кашляють людьми*
* *Дотримуйтеся здорового способу життя (сон, здорове харчування, фізична активність)*
* *Пийте більше рідини*
* *Регулярно провітрюйте і зволожуйте повітря в приміщенні, в якому знаходитесь*
* *Рідше бувайте в людних місцях*
* *Використовуйте маску, коли перебуваєте в транспорті або в людних місцях*
* *Уникати обіймів, поцілунків і рукостискань при зустрічах*
* *Не чіпайте обличчя, очі, ніс немитими руками*

**При перших ознаках вірусної інфекції – зверніться до лікаря!** ****