

# Профилактика гриппа А(Н1N1)

**Грипп А (Н1N1)** — заболевание, вызванное вирусами семейства Orthomyxoviridae, распространенными в популяциях свиней. Грипп А (Н1N1) относится к роду микровирусов. Грипп А (Н1N1) — это комбинация уже известных штаммов — гриппа свиней, птиц и человека. Известно, что новый штамм вируса Н1N1 передается людям.

**Грипп А (Н1N1)** является крайне инфекционным острым респираторным заболеванием, вызываемым одним из нескольких вирусов свиного гриппа А. Как правило, для него характерны высокая заболеваемость и низкая смертность (1-4%)..

## ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ

- Основные симптомы совпадают с обычными симптомами гриппа:  
Головная боль, боли в мышцах, повышение температуры, кашель, рвота, диарея.  
Болезнь может никак не проявляться на ранних стадиях, однако распространяется и передаётся окружающим.  
При этом заболевание ничем на первых порах не отличается от классического гриппа. Однако очень быстро грипп А (Н1N1) переходит в воспаление легких и сопровождается очень высокой температурой.

## СВОЙСТВА ВИРУСА

- Вирус передается как через непосредственные контакты с зараженными организмами, так и воздушно-капельным путем.  
При термообработке вирус погибает.

## ПРОТИВОВИРУСНЫЕ СРЕДСТВА

- Лечение большинства штаммов гриппа А (Н1N1) осуществляется с помощью препаратов Амантадин, Занамивир, Осельтамивир и Римантадин, у человека есть к ним привитый (путем вакцинаций) и врожденный иммунитет.  
Мутировавший «мексиканский» штамм Н1N1 устойчив к большинству известным на сегодняшний день противовирусным средствам. На данный момент полноценного лекарства против штамма Н1N1 не существует — существующие лекарства могут лишь облегчить ход болезни, особенно, на ее ранних стадиях (в случаях, когда больной обращается за медицинской помощью в течение 2 суток после появления первых симптомов болезни).

## МЕРЫ БОРЬБЫ С РАСПРОСТРАНЕНИЕМ ВИРУСА

- Все больные, якобы инфицированные гриппом А (Н1N1), должны быть госпитализированы в отдельных помещениях и в обязательном порядке носить маску, затрудняющую передачу и распространение инфекции.
- Лиц с инфекцией, вызванной вирусом гриппа А (Н1N1), следует считать потенциально заразными в течение 7 дней после начала болезни.
- Лиц, которые продолжают сохранять признаки заболевания более 7 дней после начала болезни, следует считать потенциально заразными до разрешения симптомов заболевания.
- Дети, особенно младшего возраста, могут быть потенциально заразными в течение более длительных периодов времени.  
Длительность инфекционности может варьировать в зависимости от штамма вируса гриппа типа А (Н1N1).
- Негоспитализированным больным с подтвержденным диагнозом инфекции, вызванной вирусом гриппа свиней типа А (Н1N1), или при подозрении на него, следует придерживаться режима добровольной изоляции на дому в течение, по крайней мере, первых 7 дней после начала болезни.
- Пациенты при подтверждении диагноза (или при подозрении) гриппа, вызванного вирусом гриппа А (Н1N1), должны быть изолированы в отдельной палате, по возможности — в изоляторе для инфекций, передаваемых воздушно-капельным путем.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

1. Чаще мойте руки, огромное количество вирусов попадают на кожу, когда мы держимся за поручни, берем деньги, открываем двери и просто здороваемся за руку.
2. Увлажняйте нос, сухой воздух способствует появлению вируса на слизистой. Можно промывать нос с хозяйственным мылом или минеральной водой (капнув в нее капельку йода) или специальными водными растворами, продающимися в аптеках.
3. Пореже бывайте в людных местах в период эпидемии, надевайте марлевые повязки. Перед поездкой в транспорте смажьте нос оксолиновой мазью.
4. Дома нарежьте дольки чеснока и поставьте в разных местах комнаты.
5. Марлевые повязки меняйте каждые 2 - 3 часа, старую маску уничтожайте.
6. Избегайте чрезмерных физических нагрузок, чтобы не ослаблять организм.
7. Проводите систематическое проветривание помещений, влажную уборку, увлажняйте воздух.