

# 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	Горло и мягкое небо могут сильно опухать и краснеть

	<p>являются признаком ОРВИ.</p> <p>Возможно изменение тембра голоса из-за воспаления гортани</p> <p>Горло остается красным на протяжении всей болезни</p>	
Налет на слизистых оболочках	Имеется налет	Налет отсутствует
Чихание	при ОРВИ чихание - это первый симптом заболевания. Возможно интенсивное чихание	Чихание при гриппе возникает редко или отсутствует
Кашель	<p>При ОРВИ кашель появляется сразу</p> <p>Отмечается боль в груди</p> <p>Кашель отрывистый, сухой. Может быть как слабым, так и выраженным.</p> <p>Кашель постепенно становится влажным и отхаркивающим.</p>	<p>При гриппе кашель появляется на второй день.</p> <p>Отмечается боль в груди. Боли в грудной клетке, связанные с дыханием</p>
Симптомы интоксикации	<p>При ОРВИ чувствуется слабость, но симптомы интоксикации выражены слабо:</p> <p>Головная боль;</p> <p>Озноб;</p> <p>Ломота во всем теле;</p> <p>Боль при движении глазами</p>	<p>При гриппе сильно выражены симптомы интоксикации:</p> <p>Сильная головная и мышечная боль;</p> <p>Озноб</p> <p>Сильная ломота во всем теле;</p> <p>Боль при движении глазами</p> <p>Повышенная чувствительность к свету</p> <p>Повышенное потоотделение</p>
Покраснение глаз	Покраснение глаз при ОРВИ встречается редко Вирус ОРВИ воздействует на	Обычно появляется при гриппе Часто конъюнктивит

	слизистую глаз, что может привести к развитию конъюнктивита, слезотечения и светобоязни.	
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 с 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.

## **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) спреем Панавир Инлайт, который не только увлажняет слизистую, но и создает защитную оболочку, снижает риск заражения инфекционно-вирусными заболеваниями к минимуму.

**С целью профилактики проводится иммунизация детей и подростков.**

# Энтеровирусная инфекция у детей: симптомы и лечение

## (памятка для родителей)

**Энтеровирусные инфекции** – это группа заболеваний, в основе причин которых лежит несколько разновидностей вирусов. Вызывают заболевание вирусы Коксаки, полиовирусы и ЕСНО (экхо).

После перенесенной энтеровирусной инфекции образуется стойкий пожизненный иммунитет, однако, он сероспецифичен. Это значит, что иммунитет образуется только к тому серологическому типу вируса, которым переболел ребенок и не защищает его от других разновидностей этих вирусов. Поэтому энтеровирусной инфекцией ребенок может болеть несколько раз за свою жизнь. Так же эта особенность не позволяет разработать вакцину, чтобы защитить наших детей от данного заболевания. Заболевание имеет сезонность: вспышки заболевания чаще всего наблюдаются в летне-осенний период.

### Причины заражения энтеровирусной инфекцией.

Заражение происходит несколькими путями. Вирусы в окружающую среду могут попадать от больного ребенка или от ребенка, который является вирусоносителем. У вирусоносителей нет никаких проявлений заболеваний, однако вирусы находятся в кишечнике и выделяются в окружающую среду с калом. Такое состояние может наблюдаться у переболевших детей после клинического выздоровления либо у детей, у которых вирус попал в организм, но не смог вызвать заболевание из-за сильного иммунитета ребенка. Вирусоносительство может сохраняться на протяжении 5 месяцев.

Попав в окружающую среду, вирусы могут сохраняться довольно долго, так как хорошо переносят неблагоприятное воздействие. Хорошо сохраняются вирусы в воде и почве, при замораживании могут выживать на протяжении нескольких лет, устойчивы к действию дезинфицирующих средств (при воздействии растворов высокой концентрации фенола, хлора, формалина вирусы начинают погибать только через три часа), однако восприимчивы к действию высоких температур (при нагревании до 45°C погибают через 45-60 секунд).

### Как передается энтеровирусная инфекция.

Механизм передачи может быть воздушно-капельный (при чихании и кашле с капельками слюны от больного ребенка к здоровому) и фекально-оральный при не соблюдении правил личной гигиены. Чаще всего



заражение происходит через воду, при употреблении сырой (не кипяченой) воды. Так же возможно заражение детей через игрушки, если дети их берут в рот. Болеют чаще всего дети в возрасте от 3 до 10 лет. У детей, находящихся на грудном вскармливании, в организме присутствует иммунитет, полученный от матери через грудное молоко, однако, этот иммунитет не стойкий и после прекращения грудного вскармливания быстро исчезает.

### **Симптомы энтеровирусной инфекции.**

В организм вирусы попадают через рот или верхние дыхательные пути. Попав в организм ребенка, вирусы мигрируют в лимфатические узлы, где они оседают и начинают размножаться. Дальнейшее развитие заболевания связано со многими факторами, такими как вирулентность (способность вируса противостоять защитным свойствам организма), тропизмом (склонностью поражать отдельные ткани и органы) вируса и состоянием иммунитета ребенка.

У энтеровирусных инфекций есть как схожие проявления, так и различные, в зависимости от вида и серотипа. Инкубационный период (период от попадания вируса в организм ребенка, до появления первых клинических признаков) у всех энтеровирусных инфекций одинаковый – от 1 до 10 дней (чаще 2-5 дней).

Заболевание начинается остро - с повышения температуры тела до 38-39° С. Температура чаще всего держится 3-5 дней, после чего снижается до нормальных цифр. Очень часто температура имеет волнообразное течение: 2-3 дня держится температура, после чего снижается и 2-3 дня находится на нормальных цифрах, затем снова поднимается на 1-2 дня и вновь нормализуется уже окончательно. При повышении температуры ребенок ощущает слабость, сонливость, может наблюдаться головная боль, тошнота, рвота. При снижении температуры тела все эти симптомы проходят, однако при повторном повышении могут вернуться. Также увеличиваются шейные и подчелюстные лимфоузлы, так как в них происходит размножение вирусов.

В зависимости от того, какие органы больше всего поражаются, выделяют несколько форм энтеровирусной инфекции. Энтеровирусы могут поражать: центральную и периферическую нервную системы, слизистую ротоглотки, слизистую глаз, кожу, мышцы, сердце, слизистую кишечника, печень, у мальчиков возможно поражение яичек.

При поражении слизистой ротоглотки происходит развитие энтеровирусной ангины. Она проявляется повышением

температуры тела, общей интоксикацией (слабость, головная боль, сонливость) и наличием везикулярной сыпи в виде пузырьков, заполненных жидкостью, на слизистой ротоглотки и миндалинах. Пузырьки эти лопаются, на их месте образуются язвочки, заполненные белым налетом. После выздоровления на месте язвочек не остается никаких следов.

При поражении глаз развивается *конъюнктивит*. Он может быть одно- и двусторонним. Проявляется в виде светобоязни, слезотечения, покраснения и припухлости глаз. Возможно наличие кровоизлияний в конъюнктиву глаза.

При поражении мышц развивается *миозит* – боли в мышцах. Боли появляются на фоне повышения температуры. Болезненность наблюдается в грудной клетке, руках и ногах. Появление болей в мышцах, как и температуры, может носить волнообразный характер. При снижении температуры тела боли уменьшаются или исчезают совсем.

При поражении слизистой кишечника (*энтерит*) наблюдается наличие жидкого стула. Стул обычной окраски (желтый или коричневый), жидкий, без патологических (слизь, кровь) примесей. Появление жидкого стула может быть как на фоне повышения температуры, так, и изолировано (без повышения температуры тела).

Энтеровирусные инфекции могут поражать различные участки сердца. Так при поражении мышечного слоя развивается *миокардит*, при поражении внутреннего слоя с захватом клапанов сердца, развивается *эндокардит*, при поражении внешней оболочки сердца – *перикардит*. У ребенка может наблюдаться: повышенная утомляемость, слабость, учащенное сердцебиение, падение артериального давления, нарушения ритма (блокады, экстрасистолы), боли за грудиной.

При поражении нервной системы могут развиваться *энцефалиты*, *менингиты*. У ребенка наблюдается: сильная головная боль, тошнота, рвота, повышение температуры тела, судороги, парезы и параличи, потеря сознания.

При поражении печени развивается *острый гепатит*. Он характеризуется увеличением печени, чувством тяжести в правом подреберье, болью в этом месте. Возможно появление тошноты, изжоги, слабости, повышения температуры тела.

При поражении кожи возможно появление *экзантемы* – гиперемия (красное окрашивание) кожи, чаще всего на верхней половине туловища (голова, грудь, руки), не приподнимается над уровнем кожи, появляется одномоментно.

У мальчиков возможно наличие воспаления в яичках с развитием *морхита*. Чаще всего такое состояние развивается через 2-3 недели после начала заболевания с другими проявлениями (ангина, жидкий стул и другие). Заболевание довольно быстро проходит и не несет никаких последствий, однако, в редких случаях возможно развитие в половозрелом возрасте аспермии (отсутствие спермы).

Также существуют *врожденные формы энтеровирусной инфекции*, когда вирусы попадают в организм ребенка через плаценту от матери. Обычно такое состояние имеет доброкачественное течение и излечивается самостоятельно, однако в некоторых случаях энтеровирусная инфекция может вызвать прерывание беременности (выкидыш) и развитие у ребенка синдрома внезапной смерти (смерть ребенка наступает на фоне полного здоровья).

Очень редко возможно поражение почек, поджелудочной железы, легких. Поражение различных органов и систем может наблюдаться как изолированное, так и сочетанное.

### **Лечение энтеровирусной инфекции.**

Специфического лечения энтеровирусной инфекции не существует. Лечение проводят в домашних условиях, госпитализация показана при наличии поражения нервной системы, сердца, высокой температуры, которая долго не поддается снижению при использовании жаропонижающих средств. Ребенку показан постельный режим на весь период повышения температуры тела.

Питание должно быть легким, богатым белками. Необходимо достаточное количество жидкости: кипяченая вода, минеральная вода без газов, компоты, соки, морсы.

Лечение проводят симптоматически в зависимости от проявлений инфекции - ангина, конъюнктивит, миозит, жидкий стул, поражения сердца, энцефалиты, менингиты, гепатит, экзантема, орхит. В некоторых случаях (ангина, понос, конъюнктивит...) проводят профилактику бактериальных осложнений.

Дети изолируются на весь период заболевания. В детском коллективе могут находиться после исчезновения всех симптомов заболевания.

### **Профилактика энтеровирусной инфекции.**

Для профилактики необходимо соблюдение правил личной гигиены: мыть руки после посещения туалета, прогулки на улице, пить только

кипяченую воду или воду из заводской бутылки, недопустимо использование для питья ребенка воды из открытого источника (река, озеро).

Специфической вакцины против энтеровирусной инфекции не существует, так как в окружающей среде присутствует большое количество серотипов этих вирусов.

**При первых признаках заболевания у ребенка –  
незамедлительно обращайтесь к врачу!!!**