|  |  |
| --- | --- |
| http://krasnobrodskiy.ucoz.ru/Fotki/orvi_1.jpg | http://www.alghadeer.tv/media/news/20140104/photos/greg_h1n1_virus.jpg |

**Грипп** ([фр.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *grippe*, от [нем.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D1%86%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *grippen* — «схватить», «резко сжать») — острое [инфекционное заболевание](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D1%84%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F) дыхательных путей, вызываемое [вирусом](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D1%80%D1%83%D1%81%D1%8B) гриппа. Входит в группу острых респираторных вирусных инфекций ([ОРВИ](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%A0%D0%92%D0%98)). Периодически распространяется в виде [эпидемий](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F) и [пандемий](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F). В настоящее время выявлено более 2000 вариантов вируса гриппа, различающихся между собой антигенным спектром.

Основные симптомы болезни: головная боль, боли в мышцах, повышение температуры, кашель, боль в горле, насморк.

Что следует предпринять, если ребенок заболел?

* заболевший ребенок должен оставаться дома
* вызовите врача на дом, осуществляйте лечение и уход за больным ребенком в соответствии с рекомендациями врача
* после каждого контакта с больным необходимо тщательно вымыть руки
* постоянно проветривайте помещения, ежедневно делайте влажную уборку с применением дезинфицирующих средств
* при контакте с больным используйте одноразовые маски и марлевые повязки, маски необходимо менять каждые 2 часа
* средства ухода за больным (носовые платки, салфетки) выбрасывайте немедленно
* не выходите из дома до полного выздоровления, не посещайте места массового скопления людей

Профилактика гриппа

|  |  |
| --- | --- |
| http://2.bp.blogspot.com/-O069gYGRE_k/UVAEna0A-KI/AAAAAAAAAN8/xgvRqywsZMs/s1600/hijyen+%C3%A7ocuk.jpg | * избегайте посещения мероприятий и мест с массовым скоплением людей
* регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их дезинфицирующими средствами
* не трогайте глаза, нос или рот немытыми руками
* часто проветривайте помещения
* употребляйте витаминные комплексы, свежие фрукты и овощи
* ведите здоровый образ жизни, выделяйте достаточно времени на сон, правильно питайтесь, сохраняйте достаточную физическую активность
* постоянно следите за своим самочувствием и самочувствием членов вашей семьи
* вакцинация – единственный способ специфической профилактики гриппа.
 |