Свиной грипп и его профилактика

(Информация для педагогов)

«Свиной грипп» вызывается пандемичным вирусом гриппа А(Н1N1), передающееся от свиньи и человека к человеку, имеет высокую восприимчивость среди населения с развитием пандемии и характеризуется лихорадкой, респираторным синдромом и тяжелым течением с возможностью летального исхода.

Возбудитель свиного гриппа

Вирус гриппа А(Н1N1) – результат скрещивания человеческого вируса гриппа А (Н1N1) и вируса свиного гриппа, в итоге вирус мутировал и стал высокопатогенным, а называется он – пандемичный вирус Калифорния/2009. Также как и обычный вирус гриппа человека, пандемичный вирус имеет в оболочке гемагглютинин (способствует прикреплению вируса к клетке) и нейраминидазу (способствует проникновению вируса внутрь клетки).

Источник инфекции — свиньи (больные или носители вируса) и больной человек. Больной человек становится заразным за сутки до появления симптомов заболевания и еще в течение недели болезни. Соответственно, большое эпидемическое значение имеют потенциальные больные в конце периода инкубации. До 15% больных на фоне лечения продолжают выделять вирус в течение 10-14 дней.

Механизмы заражения

- аэрогенный (воздушно-капельный путь) – опасны выделения пациента при чихании, кашле – в диаметре 1.5-2 метра
- контактно-бытовой – опасны выделения пациента на руках окружающих, а также на предметах обихода (столы, поверхности, полотенца, чашки) – вирус сохраняет свои свойства в течение 2х и более часов (занести можно вирус с рук на слизистые ротовой полости и глаз).

Восприимчивость к инфекции всеобщая. Существуют группы риска по развитию тяжелых форм свиного гриппа

- дети до 5 лет
- взрослые старше 65 лет
- беременные женщины
- лица с сопутствующими хроническими заболеваниями (хронические легочные заболевания, онкология, заболевания крови, болезни печени, мочевыводящей системы, сердца, сахарный диабет, а также инфекционные иммунодефициты, например, ВИЧ).

Клинические симптомы свиного гриппа схожи с симптомами обычного сезонного гриппа с небольшими особенностями. Инкубационный период (с момента инфицирования до появления первых жалоб) при свином гриппе длится от суток до 4х дней в среднем, иногда продлевается до недели. Больных беспокоят высокая температура до 38-39°, выраженная слабость, мышечные боли, тошнота, рвота центрального генеза, то есть на фоне высокой температуры, ломота в теле, вялость.

Другая группа жалоб связана с развитием респираторного синдрома (сухой кашель, выраженное першение в горле, чувство нехватки воздуха), а также вероятность быстрого развития одного из осложнений – развитие воспаления легких на ранних сроках (2-3й день болезни).

Отличием от сезонного гриппа является наличие у 30-45% больных диспепсического синдрома – у больных появляется постоянная тошнота, неоднократная рвота, нарушение стула.

Проявления тяжелых форм свиного гриппа

В первые дни болезни появляются интенсивные головные боли, боли в глазных яблоках, светобоязнь, которая нарастает при движении глаз. Возможно развитие серозного менингита, энцефалита. Мышечные боли являются одним из выраженных симптомов болезни.

Наибольшую опасность штамм свиного гриппа представляет из-за вызываемых осложнений, которые нередко заканчиваются летальным исходом. К ним относят пневмонию, синусит и воспаление оболочек мозга.

Одним из опасных осложнений при свином гриппе является развитие пневмонии.

Воспаление легких может явиться следствием воздействия вируса гриппа (первичная; может быть связана с присоединением вторичной бактериальной флоры (вторичная); может быть следствием действия и вируса и сопутствующего наслоения бактериальной флоры (смешанная).

Пневмония развивается на вторые-третьи сутки от начала заболевания: больной часто дышит (около 40 дыханий в минуту при норме — 16), в акте дыхания активно участвуют вспомогательные мышцы (диафрагма, мышцы живота), выраженный сухой или малопродуктивный кашель (отделяемое слизистое и прозрачное), выраженная одышка, посинение кожных покровов (цианоз).

Пневмонии приводят к образованию респираторного дистресс-синдрома (развитие отека легкого) с возможным смертельным исходом.

Особенностью пневмонии будет усиление кашля: он становится мучительным, практически постоянным, на фоне усиления кашля у больного вторая волна лихорадки и интоксикации, пациент практически не принимает пищу. Нарастает боль в грудной клетке при кашле и даже дыхании. Отделяемое легких (мокрота) уже не прозрачное, а имеет гнойный оттенок. При рентгенографии – очаги воспаления в легких. Течение пневмонии продолжительное, больные не могут поправиться месяц-полтора. Нередко стафилококковые пневмонии приводят к образованию абсцесса легких.

Другие осложнения свиного гриппа включают в себя: перикардит, инфекционно-аллергический миокардит, геморрагический синдром.

При таких тревожных в плане «свиного гриппа» симптомах обязательно нужно обратиться к врачу

Для детей

Частое дыхание, трудность дыхательных движений

Синеватый оттенок кожных покровов конечностей и туловища

Отказ от приема пищи и питья

Неоднократная рвота (рвота «фонтаном», а также частые срыгивания у грудничков – эквивалент рвоты в таком возрасте)

Вялость и сонливость ребенка

Наоборот возбуждение, сопротивление даже при взятии ребенка на руки

Появление второй волны симптомов с усилением кашля и одышки.

Для взрослых

Одышка и усиление ее в течение суток

Боли в грудной клетке при дыхании и кашле

Выраженное головокружение, появляющиеся внезапно

Периодически спутанное сознание (забывчивость, выпадение отдельных событий из памяти)

Многократная и обильная рвота

Вторая волна с температурой, кашлем, одышкой.

Иммунитет после перенесенного свиного гриппа типоспецифический и непродолжительный (1 год).

Диагностика свиного гриппа в отличие от ОРВИ

Симптоматика заражения вирусом «свиного» типа похожа заражению вирусом гриппа обычной формы и ОРВИ на начальном этапе возникновения: резкое повышение в температуре тела, ощущения ломоты в мышцах, состояние слабости и головные боли. Жалобы пациента в отличие от ОРВИ на желудочно-кишечные расстройства на фоне температуры и респираторного синдрома;

Кашель наряду с насморком присоединяются к основным симптомам лишь спустя некоторое время. Для заражения свиным гриппом свойственно появление рвоты и

воспалительного процесса в глазах. Размножение вируса после заражения происходит за 2 или 4 дни.

Лечебно-охранительный режим

На весь лихорадочный период и 5-7 дней нормальной температуры назначается постельный режим с целью профилактики осложнений, если вы на амбулаторном лечении.

Ваши действия при подозрении на свиной грипп

- При обнаружении симптомов свиного гриппа оставаться дома, не выходить в места скопления людей
- Дома оградить окружающих Вас близких от распространения инфекции – надеть маску и менять ее каждые 4 часа
- Проветривание помещения должно проводиться регулярно, а воздух в комнате должен быть увлажнен
- После прогулок нужно всегда мыть руки с мылом, а по возможности, вне дома очищать руки салфетками, дезинфицирующими гелями. Солевыми растворами можно промывать нос, а перед выходом на улицу можно смазывать носовые слизистые оксолиновой мазью. Для усиления сопротивляемости организма показан физиологически полноценный рацион с достаточным количеством белка и повышенным содержанием витаминов А, С, группы В, продукты кисломолочного производств (кефир, айран, йогурты и прочее), плодовые фрукты цитрусовой группы, если нет аллергии. Они поднимают настроение, витамин С и содержание в них пектина устраняет слизь и мокроту из легочной системы, помогают в работе сердцу.

Фруктовые и ягодные морсы без добавления сахаров и его заменителей (ягоды черной и красной смородины, клюквы, брусники, черники);

Применение в пищу натуральных белковых продуктов хорошо усвоятся в организме и укрепят работу сердечной деятельности (рыбные продукты, мясо крольчатины, курицы, индейки, куриное яйцо и прочие).

Для снижения лихорадки показан прием достаточного количества жидкости (лучше морсы из черной смородины, шиповника, черноплодной рябины, лимона). Все продукты назначаются в теплом виде, избегаются острые, жирные, жареные, соленые, маринованные блюда.

Профилактика свиного гриппа

Мероприятия для здоровых (по рекомендации ВОЗ)

- Чаше мойте руки с мылом, можно спиртсодержащими растворами
- Избегайте близкого контакта с больными людьми
- Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий

Если вы заболели, оставайтесь дома и ограничьте контакты с другими людьми

При появлении симптомов гриппа немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

Если вы заболели, оставайтесь дома в течение 7 дней после выявления симптомов во избежание инфицирования окружающих.

Для специфической профилактики на сегодняшний день создана вакцина от высокопатогенного вируса свиного гриппа (H1N1). Данная вакцина защищает от гриппа В, и штаммов А/H1N1 (свиной) и H3N2 гриппа А (Гриппол плюс), то есть и от свиного гриппа, и от сезонного гриппа. Заболеть после прививки невозможно, так как она не содержит цельный вирус, а содержит только поверхностные антигены вирусов, которые сами по себе вызвать болезнь не могут. Вакцина вводится ежегодно.

Симптомами гриппа являются

- головная боль
- сухость в носоглотке
- озноб; мышечные боли
- сухой кашель
- слезотечение
- покраснение глаз
- снижение или полное отсутствие аппетита

- першение в горле
- светобоязнь
- боль за грудиной
- слабость во всем теле
- ломота в суставах
- повышенная потливость

Редко при гриппе бывает насморк.

<https://regioninformburo.ru/04-09-2023-svinoj-gripp-i-orvi-v-regionah-rossii-poslednie-novosti/>