

Часто задаваемые вопросы

Что такое грипп А(Н1N1) (свиной грипп)?

А(Н1N1) (известный как «свиной грипп») — это вирус гриппа, вызывающий заболевание людей. Этот вирус был впервые обнаружен у людей в Соединенных Штатах в апреле 2009 года. В настоящее время случаи заболевания людей данным вирусом регистрируются в большинстве стран мира. Этот вирус распространяется от одного человека к другому, практически таким же способом, как и обычный сезонный грипп.

Почему вирус Н1N1 иногда называют «свиным гриппом»?

Изначально этот вирус назывался «свиным гриппом» потому, что во время лабораторных исследований было установлено, что многие возбудители этого нового вируса были очень похожи на вирусы гриппа, которые обычно наблюдаются у свиней в Северной Америке. Однако дальнейшие исследования показали, что выявленный вирус во многом отличается от того, который распространяется среди североамериканских свиней. Он содержит два гена вирусов гриппа, которые обычно бывают среди свиней в Европе и Азии, а также птичьих гены.

Каковы основные признаки и симптомы этого вируса у людей?

Симптомы вируса гриппа Н1N1 похожи на симптомы сезонного гриппа. Среди них высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенный нос, ломота в теле, головная боль, озноб и чувство усталости.

Многие из зараженных больных жаловались также на понос и рвоту. Кроме того, как и в случае с сезонным гриппом, в результате вызываемого этим вирусом заболевания зафиксированы серьезные и даже смертельные случаи.

Насколько серьезно заболевание, связанное с вирусом Н1N1?

Во время сезонного гриппа существуют определенные группы населения, которые подвержены большему риску возникновения серьезных осложнений. Среди них люди в возрасте от 65 лет, дети до пяти лет, беременные женщины, а также люди любого возраста, страдающие хроническими заболеваниями, особенно сердечно-сосудистыми, бронхо-легочными и ожирением. Сезонным гриппом часто заболевают и молодые здоровые граждане, не имеющие сопутствующей патологии.

Характерная особенность гриппа А(Н1N1) — раннее появление осложнений. Если при других вирусах гриппа осложнения возникают, как правило, на 5-7 день и позже, то при гриппе А(Н1N1) осложнения могут развиваться уже на 2-3-й день болезни.

Среди осложнений лидирует первичная вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идет быстрыми темпами, и у многих

пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

Сколько времени необходимо для передачи этого вируса от инфицированного человека к другим людям?

Исследования сезонного гриппа показали, что человек может быть заразен за 1 день до проявления симптомов и через 7 дней после начала заболевания. Дети, в особенности младшего возраста, могут быть потенциальными распространителями вируса в течение более длительного периода времени.

Можно ли заболеть новым вирусом H1N1, если употреблять в пищу или готовить свинину?

Нет. Вирусы H1N1 не передаются с пищей. Инфицирование новым вирусом H1N1 через свинину или продукты из нее невозможно. Употребление продуктов из свинины, обработанной и приготовленной надлежащим образом, полностью безопасно.

Существует ли риск заболевания через питьевую воду?

Водопроводная вода, обработанная существующими способами дезинфекции, не представляет особого риска передачи вирусов гриппа. Исследования показали, что уровня свободного хлора, обычно используемого для очистки питьевой воды, вполне достаточно, чтобы инактивировать вирусы гриппа. На настоящий момент не выявлено документально подтвержденных случаев заболевания гриппом, причиной которого является зараженная питьевая вода.

Как можно защититься от заражения?

В настоящее время самым эффективным методом защиты от гриппа A(H1N1) является вакцинация, которая проводится на территории всей Российской Федерации в осенний период. Вакцинация не дает полной защиты от заболевания гриппом, но она предотвращает развитие его тяжелых осложнений, в том числе летальных исходов.

Кроме того, для предотвращения распространения таких респираторных болезней, как грипп, необходимо придерживаться обычных мер повседневной гигиены:

- Прикрывайте нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Использованную салфетку выбрасывайте в мусор.
- Тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.

- Не прикасайтесь к глазам, носу или рту. Инфекция передается именно таким способом.
- Старайтесь избегать близкого контакта с заболевшими людьми.
- Если вы заболели, оставайтесь дома в течение не менее 7 дней после начала заболевания. Это необходимо для предотвращения заражения других и дальнейшего распространения вируса.
- Следуйте рекомендациям учреждений здравоохранения относительно посещения мест скопления людей и других мер изолирования при гриппе.
- Будьте готовы к тому, что, если вы вдруг заболите, вам придется оставаться дома в течение приблизительно недели; может пригодиться некоторый запас продаваемых без рецепта лекарств, средств для обработки рук на основе спирта, салфеток и других сопутствующих вещей, что поможет исключить необходимость появляться в общественных местах, пока вы больны и являетесь носителем инфекции.

Какой способ мытья рук оптимален, чтобы избежать заражения гриппом?

Частое мытье рук защитит вас от микробов. Для мытья рук используйте мыло или средство для обработки рук на основе спирта. Рекомендуется мыть руки с мылом и в теплой воде в течение не менее 15-20 секунд. При отсутствии мыла и воды можно использовать одноразовые салфетки, пропитанные средством для обработки рук на основе спирта, или дезинфицирующие гели. Их можно найти в большинстве супермаркетов и аптек. При использовании геля втирайте его в руки до полного высыхания. Для действия геля не требуется вода; содержащийся в нем спирт уничтожит микробы на ваших руках.

Что делать, если вы заболели?

Если у вас появились симптомы гриппоподобного заболевания, включая жар, ломоту в теле, насморк или заложенный нос, боль в горле, тошноту, рвоту или понос, оставайтесь дома и избегайте контакта с другими людьми, за исключением случаев, когда необходимо обратиться за медицинской помощью. Вызовите врача на дом. Полностью выполняйте рекомендации врача и немедленно приступите к назначенному лечению. Не занимайтесь самолечением, не теряйте время.

Существуют ли медицинские препараты для лечения гриппа H1N1?

Да. Для лечения гриппа используются противовирусные лекарственные препараты, применять которые нужно строго по назначению врача. Противовирусные препараты предназначены для лечения гриппа и не позволяют вирусам размножаться в вашем теле. Если вы заболели, противовирусные лекарства способны смягчить развитие болезни и помочь вам быстрее почувствовать себя лучше. Кроме того, они могут предотвратить серьезные осложнения, вызванные гриппом.

Как долго вирус гриппа остается активным на объектах (например, книгах и дверных ручках)?

Исследования показали, что вирус гриппа способен выживать на окружающих предметах с возможностью инфицирования человека в течение 2-8 часов с момента попадания на поверхность.

От чего погибает вирус гриппа?

Вирус гриппа разрушается под воздействием высокой температуры (75-100°C). Кроме того, некоторые химические бактерицидные препараты, включая хлор, перекись водорода, моющие средства (мыло), йодофоры (антисептики на основе йода) и спиртовые растворы являются эффективными против вирусов гриппа человека при использовании в соответствующей концентрации на протяжении достаточного периода времени. Например, для обработки рук можно использовать спиртсодержащие средства для протирки и гели. Гели необходимо втирать в руки до полного высыхания.

Как необходимо обращаться с бельем, столовыми приборами и посудой, которыми пользовались люди, больные гриппом?

Нет необходимости стирать белье и мыть столовые приборы и посуду, принадлежащие больному, отдельно, но важно помнить, что эти предметы нельзя использовать другим лицам без тщательной предварительной обработки. Посуду желательно мыть в горячей воде и ополаскивать кипятком.

Белье (например, простыни и полотенца) необходимо стирать с использованием обычных моющих средств при максимально высокой температуре, сушить в горячей сушилке или прогладить утюгом. Не следует переносить грязное белье «в охапке» к месту стирки, чтобы предотвратить собственное инфицирование. После переноски грязного белья необходимо вымыть руки с мылом или протереть их средством для обработки рук на основе спирта.