

Симптомы гриппа

Уважаемые родители!



Риск возникновения эпидемии гриппа и ОРВИ зафиксирован в 11 субъектах РФ. В связи с волной заболеваний информируем вас о симптомах гриппа.

Все симптомы возникают внезапно, примерно через 2 дня после заражения:

- Температура тела достигает 39.5 градусов
- Лихорадка - тело бросает, то в жар, то в холод
- Боль и быстрая утомляемость в мышцах
- Болезненные ощущения в области суставов
- Недостаток физических сил
- При попадании солнечных лучей, глаза начинают болеть
- Височная и лобная часть головы болит
- Кашель сопровождается болевыми симптомами в груди
- Частота и глубина дыхания сбиваются
- Выделения из носа

Взрослые гораздо легче переносят это заболевание, чем дети

Первые действия при гриппе и простуде

- Первое, что нужно сделать при появлении симптомов гриппа, надеть марлевую маску, которая защитит окружающих от заражения вирусами гриппа. Все люди, контактирующие с больным, и сам пациент должны постоянно носить маску и менять ее каждые 3 часа.
- Больному нужно обеспечить покой, лучше всего подойдет постельный режим. Чем меньше двигательная активность, тем проще организму справиться с токсинами вируса.
- Частое употребление теплой жидкости. Желательно морсы, витаминные чаи. Кислая среда пагубно влияет на вредные микроорганизмы.
- Питание должно быть легким для усвоения, но в тоже время питательным.
- Принимать поливитамины или витамин С.
- Прописывать лекарства должен врач

Именно поэтому так важно при подозрении на грипп обратиться к врачу.

До этого момента медикаментозная первая помощь при гриппе может быть только симптоматической.

*С Уважением, начальник отдела охраны здоровья граждан
управления по общественной безопасности
администрации Ангарского городского округа
Авдеенко Анастасия Александровна
(3955)50-40-65*

Дата публикации: 04.02.2020