Коломийський педагогічний коледж Прикарпатського університету

 імені Василя Стефаника

###### РЕФЕРАТ

***НА ТЕМУ:***

### *“Грип”*

# **Коломия 2000**

 Грип – це хвороба, яка в більшості випадків починається раптово. Віруси грипу, як і всі інші вибагливі до живильного середовища. Вони можуть розвиватися лише в клітинах живих організмів. Їх відносять до абсолютних паразитів, що існують лише за рахунок іншого організму. Віруси розвиваються не в будь-яких клітинах, а тільки там, де для їх розвитку є сприятливі умови. Такі умови збудник грипу знаходить в клітинах слизових оболонок верхніх дихальних шляхів і легень.

 Під час розмови, кашлю та чхання вірус грипу потрапляє на слизові оболонки дихальних шляхів. За допомогою відповідних ферментів, які знаходяться на зовнішній поверхні білкової оболонки вірусу, він проникає в клітини дихальних шляхів і легень. Там вірус звільняється від свого ворсистого покривала – білкової оболонки. При цьому центральна його частина – рибонуклеїнова кислота – змушує клітину утворювати подібні їй частинки нуклеїнової кислоти. При грипі за дуже короткий час в інфікованих клітинах з’являється безліч таких частинок. Експериментальні дослідження показали, що в середовищі, в яке внесено лише кілька вірусних частинок за добу нагромаджуються мільярди їх. Коли кількість вірусів в організмі досягає відповідного рівня, людина захворює.

 Період від попадання вірусів в організм до появи перших ознак хвороби дістав назву інкубаційного. При грипі він триває від кількох годин до однієї-двох діб. Ті клітини, в які проникли віруси, через деякий час гинуть. У процесі їх розпаду звільняється велика кількість вірусів. Частина їх всмоктується в кров, викликаючи загальне отруєння організму, і розноситься в різні системи та органи, що при відповідних умовах призводить до ускладнень. Значна кількість вірусів під час розмови, кашлю та чхання потрапляє в зовнішнє середовище. В таких випадках збудники грипу разом з краплинами слизу попадають на відстань 2-3 м. Ось чому так швидко грип поширюється, особливо в місцях великого скупчення людей.

 Джерелом інфекції є хвора людина протягом усього гарячкового періоду і навіть за кілька годин до появи перших ознак захворювання. Хворий найбільш заразний в перші 3 дні хвороби. У міру одужання кількість вірусів в організмі з кожним днем зменшується, і з 5-7 дня захворювання людина перестає бути заразною. Проте у хворих з ускладненнями вірус може ще виявлятись на слизових оболонках верхніх дихальних шляхів, у крові та харкотинні. Вірус грипу знаходили також у сечі та випорожненнях.

 Також людина може вказати не лише день, а й час захворювання. Короткочасний озноб змінюється підвищенням температури до 38-39­ ­оС і більше. Хворий з самого початку захворювання відчуває загальну слабкість, нездужання, ломоту та біль при рухах очима. При тяжкому перебігу хвороби можливі носові й інші кровотечі, нудота, блювання, запаморочення, іноді втрата свідомості, марення. У дітей в дуже тяжких випадках захворювання може супроводжуватись судорогами, порушенням дихання та ін.

 Через кілька годин, а частіше на наступний день з’являється відчуття дряпання в горлі, закладання носа, пізніше – нежить, біль у горлі, за грудьми, кашель, утруднення дихання.

 У більшості випадків у хворих на грип на 3-4-й день, рідше 5-й, температура знижується до нормальної, всі перелічені явища хвороби згасають. Невелика загальна слабкість залишається протягом кількох днів.

**Заходи запобігання захворюванню.**

 Основним джерелом інфекції при захворювання на грип є хворий, тому перш за все необхідно його ізолювати, краще в окрему кімнату, або відгородити його ліжко завісою. Якщо захворювання починається тоді, коли людина перебувала в колективі – під час роботи чи навчання, негайна ізоляція хворого додому чи в лікувальний заклад, громадський транспорт використовувати не варто. Лікаря треба викликати додому, а перевозити хворих потрібно лише транспортом санітарної служби, яку можна викликати по телефону. Навіть хворим з легким перебігом грипу не слід їхати загальним транспортом, приходити на роботу, відвідувати громадські місця (їдальні, магазини, кіно).

 Якщо перші ознаки захворювання виникли під час перебування на роботі чи транспорті, хворий повинен максимально обмежити спілкування. Під час розмови рот і ніс необхідно прикривати носовою хусточкою. Особливо ретельно цього треба дотримуватись при кашлі та чханні, коли значно збільшується заразна зона навколо хворого.

 Хворим на грип не можна користуватися спільними речами (рушником, посудом і ін.), вітатись за руку, цілувати рідних та близьких, особливо дітей та людей старшого віку. Матері або інші члени родини, хворі на грип при догляді за дитиною повинні прикривати ніс та рот марлевою маскою, яку легко можна зробити в домашніх умовах. Для виготовлення її марлю відповідного розміру складають у 4 шари, а по ріжках пришивають тасьму. Користуватися маскою також необхідно всім, кому доводиться спілкуватися з населенням під час епідемії: продавцям, касирам та ін. Час від часу маску треба дезінфікувати. Після разового використання її слід прокип’ятити, або прогладити гарячою праскою.

 Після догляду за хворим, повернення додому з роботи чи з інших місць треба добре помити руки та обличчя з милом.

 Необхідно пам’ятати, що в повітрі приміщення, де знаходиться хворий, завжди є збудники хвороби – віруси. У повітрі вони не стійкі, і їх легко знешкодити доступними методами. Якщо систематично провітрювати кімнату, в якій перебуває хворий, концентрація вірусів у повітрі зменшується настільки, що можливість заразитися грипом практично зникає. Віруси значно довше зберігаються в краплинах слизу, що осіли на речах, які знаходяться в кімнаті та на підлозі. Разом з частинками пилу вони піднімаються в повітря, і, попадаючи на слизові оболонки дихальних шляхів здорових людей, спричиняють захворювання. Щоб запобігти цьому, приміщення треба прибирати вологим способом.

 Сприятливі умови для вірусу грипу створюються при попаданні його на носові хусточки, рушники, посуд. Щоб знешкодити ці речі, слід обробити їх гарячою водою, милом та облити чистий уже посуд окропом, а ще краще – прокип’ятити протягом 5 хвилин. Рушники, носові хусточки, та іншу білизну, якими користувався хворий спочатку виварити, потім випрати і лише після цього висушити. Якщо зразу після забруднення цього зробити з якоїсь причини не можна, таку білизну до прання слід зберігати в закритих целофанових мішках.