

Грип - защo е опасен и как да го разграничим от настинката?

Грипът е вирусно заболяване, което има най-висока активност между октомври и май. Продължава няколко дни и може да е съпроводен с усещане за умора в продължение на две-три седмици. Обикновено предизвиква болка в мускулите и ставите, главоболие, кашлица и фебрилитет с температурен градиент между 38 до 40 °C.

Вирусът на грипа не бива да се подценява, тъй като често води до усложнения като пневмония, бронхит, други инфекции на горните дихателни пътища. Макар и много рядко все пак е възможно да се срещат усложнения от грип в централната нервна система, при което се получава мозъчен оток, често може да се съпроводи с нарушения в съзнанието и мозъчни увреди. При реализиране на тези патологични находки, вирусът на грип може да стане и причина за летален изход.

Поради факта, че грипът е вирусна инфекция, той не бива да се третира с антибиотици. Антивирусните препарати могат да намалят тежестта и продължителността на инфекцията. Обикновено се прилагат, когато има риск от усложнения вследствие на настъпилата вирусна инфекция. Най-доброто лечение за момента е почивка вкъщи, на топло и с прием на обилно количество течности и витамини.

Съществуват специални грипни ваксини, които са препоръчителни при хора с висок рисков коефициент за развитие на усложнения от грипно-вирусната инфекция. В това число се включват пациенти с хронични сърдечни, белодробни, бъбречни и неврологични заболявания, както и хора с диабет и такива с понижена реактивност на имунологичните компоненти.

Поради внезапната пандемична криза през 2009 г., когато имаше много заразени и инфектирани хора с т. нар. "свински грип" – H1N1, от грипен вирус А, се наложи задължителното въвеждане на антигрипни ваксини при родилките, тъй като се регистрира, че при тях има по-голям рисков момент за контаминиране на вирусни частици, тяхното развитие и евентуално настъпване на усложнения.

1. Как да разпознаем вируса на грипа?

Грипната инфекция протича със специфичен симптомен комплекс, който я отграничава от стандартните парагрипни състояния, които поразяват човешкия организъм вследствие на остро нарушаване в терморегулацията, както е при настинки. Основната разлика между грип и стандартните парагрипни инфекции е в клиничната картина.

Парагрипните инфекции обикновено настъпват след остро охлаждане на тялото. Срещат се особено често в сезоните с температурни промени, при които има преход в дните между топли и студени температури. Също така може да се срещнат през летния период, когато се редува посещаемостта на добре охладени помещения с климат и рязко завишената температура на околната среда.

Вследствие на температурните промени настъпва внезапно охлаждане на тялото. Както е известно, в атмосферата непрекъснато виреят всякакви вируси, които атакуват човешкия организъм при вдишване. Най-честите такива са риновирусите, които предизвикват появата на обострена хрема и сухо гърло. Механизмът им на действие се базира на нарушения имунен отговор в човешкото тяло след настъпване на хипотермичната атака. В резултат на

това, организмът става податлив на стандартните парагрипни вирусни агенти и способността му да се инфектира нараства.

Изводът е, че парагрипните инфекции се развиват най-често след внезапен срив в имунната система, най-често като предпоставка е остро настъпилата настинка, при която организмът става податлив на вирусните частици във въздуха, докато грипният вирус е много по-сериозно заболяване и неговата инфекция не зависи само от спонтанния срив в имунологичната компетентност на организма. За да разпознаете грипната инфекция, трябва да познавате следните няколко важни симптоматични единици.

- Силно изразено главоболие;
- Температура със септични стойности – между 38 и 40 градуса;
- Болка в мускулите и ставите, която е характерна единствено и само за грипната инфекция и не се среща при обикновените парагрипни инфекции;
- Болки в гръдната област и загуба на апетит;
- Умора, обща слабост, хрема, сухо гърло, суха кашлица и нарушения в съня;
- Симптоми на горен и долен диспептичен синдром, включващи гадене, повръщане, диария или запек.

2. Какви мерки да вземем за бързото ѝ овладяване?

Специалистите съветват да се увеличи приемът на течности, защото тялото губи много течности по време на грипната инфекция. Повишената температура предизвиква проява на терморегулаторните механизми за непрекъснато и обилно изпотяване на тялото, което на практика представлява загуба на голям процент от телесните течности.

Препоръчва се лечението да премине в постелен режим във вкъщи, на легло, за да се затопля тялото и да няма допълнителен разход на енергия, който да доведе до допълнителен срив на имунната защита на тялото, докато се преодолее грипната инфекция.

При силно изразена суха кашлица се препоръчва да се приемат сиропи, които контролират центъра за кашлица в мозъка, както и да се преустанови тютюнопушене и прием на алкохол в грипния период. Другите медикаменти на избор са парацетамол, аспирин и ибупрофен, които имат изразен противовъзпалителен ефект и прилагат терапевтична компонента за овладяване на симптоматичния фебрилитет и обща слабост на тялото.

Също така са препоръчителни препаратите с имуноактивиращо действие, които активират системата на комплемента и производството на имунокомпетентни клетки. Допълнителен ефект на такъв род препарати е да дава сила и тонус за мускулната дейност, което спомага за трайното и бързо възстановяване след грипни инфекции.

Препоръчва се в рисковите периоди за поява на грипна инфекция да се ограничат контактите с хора, поради риск от контаминиране на вирусния агент. Вирусът на грипа се предава основно по въздушно-капков път и най-често при кихане и кашляне срещу лицето на човек.