**Вирус гриппа в 2017-2018 году: симптомы и лечение**

Специалисты утверждают, что наиболее эффективным способом предупреждения болезни является вакцинация. Именно по этой причине рекомендуется заранее подготовиться к эпидемии гриппа и ОРВИ, поставив прививку. Но что делать, тем, у кого имеются противопоказания или попросту нет желания «кормить» свой организм антигенами вируса? Таким пациентам поможет регулярный прием лекарственных препаратов, стимулирующих работу иммунной системы. Они запускают защитные функции организма, не давая попавшему в органы дыхания патогену активизироваться. Список подобных препаратов обширен, укажем некоторые из них.

**Грипп: противовирусные препараты**

Однако назвать наиболее эффективное из них нельзя. Все медикаменты этой группы отличаются аналогичным механизмом действия, формируют резистентность организма к определенной инфекции. Чаще всего на практике применяются:

* ремантадин;
* кагоцел;
* эргоферон;
* мазь оксолиновая;
* осельтамивир;
* ингавирин;
* гриппферон
* занамивир;
* умифеновир.

**Ремантадин**

Ремантадин – лекарственное средство из группы противовирусных препаратов. Способствует подавлению активности вируса, препятствует его размножению. На протяжении многих лет препарат используется для профилактики во время эпидемии гриппа, вызванного штаммами вируса типа А. Способ приема: по утрам в дозировке 50 мг. Предпочтительно использовать на протяжении всего периода высокой заражаемости населения. Препарат доступен по стоимости, но при этом достаточно эффективен. Однако стоит помнить, что он не защищает от прочих респираторных инфекций. Кроме того, имеет ряд противопоказаний:

* индивидуальная непереносимость компонентов, входящих в состав;
* заболевания почек, печени в тяжелой стадии, недостаточность этих органов;
* гиперфункция щитовидной железы;
* беременность и период кормления.

**Кагоцел**

Препарат, вызывающий стимуляцию иммунитета, провоцирует продукцию интерферона в организме. Принимается курсами: взрослым назначается в течение 5 дней, с чередованием на неделю перерыва. Разрешен к использованию на протяжении длительного времени, отличается низкой токсичностью.

Основные противопоказания:

* малый возраст пациента (до 3 лет);
* беременность и период лактации;
* аллергические реакции на составляющие;
* непереносимость лактозы;
* синдром мальабсорбции.

**Эргоферон**

Противовирусное и антигистаминное средство. Эффективен при эпидемии гриппа А, В, ОРВИ (помогает бороться с вирусами парагриппа, короновирусами, аденовирусами). Отличается выраженным иммуномодулирующим эффектом. Однако оценка препарата специалистами на предмет перспективности использования не проводилась. Способ применения: 1 таблетка в сутки. Противопоказаниями являются беременность, кормление и непереносимость компонентов.

**Мазь оксолиновая (Оксолин)**

Синтетический противовирусный препарат, применяемый медиками не первый год. Была разработана в 1970 году. Обладает антивирусной активностью, патогены погибают при контакте с активным компонентом мази. Применяется трижды в день, путем нанесения нескольких грамм вещества на слизистую носа. Требует такого частого использования из-за низкой стойкости, поскольку слишком быстро смывается со слизистой, однако при этом отмечается хорошая эффективность препарата. Смазывать внутреннюю поверхность носа требуется в течение всего периода эпидемии, допускается нанесение чаще 3 раз в сутки. Побочное действие – жжение в области нахождения мази. Разрешена к применению беременными и кормящими матерями.

**Осельтамивир**

Хороший противовирусный препарат, применяемый для лечения гриппа типа А и В, профилактики заражения. При приеме через рот проходит гидролиз и превращается в осельтамивира карбоксилат. Он в свою очередь замедляет протекание реакций ферментов вирусов А и В, ведущих к их размножению. Эффективен для профилактики респираторных инфекций. Продается в виде суспензий и таблеток, которые применяются в дозировке 75 мг в сутки. Не назначается при почечной и печеночной недостаточности, непереносимости компонентов, может использоваться для беременных и детей от 1 года.

**Ингавирин**

Препарат двойного действия с противовирусным и противовоспалительным эффектом, способствует устранению репликации вируса и повышению иммунитета. Позволяет бороться с гриппом А (включая «свиной» и «гонкогский»), В, респираторными инфекциями, аденовирусами и парагриппом. Правила применения: в течение недели в дозировке 90 мг 1 раз. Противопоказан беременным женщинам, детям, не достигшим 18 лет.

**Гриппферон**

Препарат широкого спектра действия, индуктор эндогенного интерферона. Позволяет бороться с возбудителями гриппа, аденовирусами, риновирусами, коровирусами. Применяется при первых признаках заболевания по 1-3 капли (в зависимости от возраста) в нос. Частота проведения инстилляций тоже зависит от возрастной группы пациента. Может использоваться совместно с другими противовирусными средствами, разрешен для детей от 1 года и беременных, кормящих женщин. К противопоказаниям относятся непереносимость компонентов интерферона и веществ, входящих в состав медикамента, предрасположенность организма к аллергиям.

**Занамивир**

Лекарственное средство с выраженной противовирусной активностью. В аптеках представлен как препарат под названием «Реленза». Способствует подавлению размножения вирусных клеток, ингибирует нейроаминидазу (поверхностный фермент вируса), препятствуя тем самым распространению патогена. Применяется в виде ингаляций, которые назначаются парами однократно. Их проводят на протяжении полутора недель. При необходимости курс может быть продлен до 20 дней (в период высокой заболеваемости). Занамивир применяется для взрослых и детей от 5 лет. Запрещен в 1 триместр беременности, при лактации, не назначается при индивидуальной непереносимости.

**Умифеновир**

Отпускается в аптечной сети как препарат с называнием «Арбидол». Считается противовирусным и иммуномодулирующим средством. Способствует торможению размножения вируса, помогает организму с выработкой интерферона. В целях профилактики гриппа А, В, ОРВИ, ТОРС применяется взрослыми и детьми от 12 лет по 200 мг дважды в неделю. Рекомендовано использование не протяжении 6 недель, что возможно из-за нетоксичности препарата. Противопоказания: детский возраст до 3 лет, непереносимость компонентов. Данных о безопасности применения беременными и кормящими женщинами нет, поэтому применять «Арбидол» лицам этой категории не следует. Кроме того, не существует достоверных доказательств, что медикамент действительно эффективен для профилактики ОРВИ и гриппа.

**Как подготовиться к эпидемии гриппа: аптечка первой помощи**

Во время эпидемии приобретение лекарственных средств может быть проблематичным. Это связано с повышением цен на медикаменты в «сезон спроса», отсутствием необходимого лекарства в ближайшей аптеке, плохим самочувствием пациента, которому приходится самостоятельно отправляться за покупкой. Именно поэтому не помешает иметь дома небольшой запас лекарственных средств, причем это могут быть не только таблетки и капсулы, но и средства индивидуальной защиты (маски).

**Итак, что должно быть в домашней аптечке для профилактики гриппа:**

* противовирусные препараты (например, оксолин, ремантадин);
* средства личной защиты (тканевый слой маски не способен полностью защитить от заражения, но уменьшить количество патогенов, попадающих в органы дыхания, вполне может);
* имунномодуляторы (умифеновир, кагоцел);
* жаропонижающие (парацетамол, ибупрофен, ревалгин);
* антибиотики в целях исключения осложнений, вызванных бактериями (амоксициллин);
* витамины, активизирующие защитные функции организма (аскорбиновая кислота).

Следует исключить использование в период перенесения гриппа аспирина. Его полезное действие гораздо меньше, чем количество побочных эффектов. Даже обычная доза аспирина в сочетании с вирусной инфекцией может спровоцировать повышение внутричерепного давления и нарушения в работе почек.Нередко препарат вызывает гастрит и язву, эрозии стенки желудка. Также невысокой эффективностью обладает анаферон, приводящий к выработке интерферона. Его польза клинически не доказана.

**Как понять, что заболел гриппом**

Даже вовремя поставленная прививка и прием активизирующих иммунитет препаратов не гарантирует, что человек не может заразиться вирусом. Как правило, пациенты переносят заболевание в легкой или средней форме, чему способствует обращение к врачу сразу при первых симптомах заболевания. Как же понять, что вы подхватили вирус, и он начал размножаться в организме?

**Симптомы гриппа**

Инкубационный период (количество времени с момента последнего контакта с источником патогена) составляет 48 часов (или меньше). Обычно в этот промежуток человек чувствует себя нормально, может изредка отмечать першение или сухость слизистой носа. Позднее симптомы проявляются ярче: заболевание развивается резко, состояние быстро ухудшается.

**О гриппе сигнализируют:**

* фебрильная (с повышением температуры тела до 38-39 градусов) или гектическая (колебания температуры в пределах 3 градусов в течение суток) лихорадка;
* озноб;
* головная боль;
* сухость слизистых, жажда;
* слабость и сонливость;
* кашель без мокроты;
* чувство першения в горле, боль;
* мышечная слабость;
* боль в суставах и костях.

Грипп отличается от респираторных инфекций тем, что начинается резко. Почти у всех пациентов заболевание начинается с температуры тела 39 градусов. У некоторых лиц со слабым иммунитетом температура повышается не сильно, нередко у них формируется комплекс осложнений на фоне низкой сопротивляемость организма патогенам. Бывает, что низкая температура также наблюдается у тех, кто ранее поставил прививку от гриппа. В большинстве случаев заболевание переносится за 5 дней в легкой форме.

Еще один отличительный признак – сухость слизистых и отсутствие насморка на 1-3 день после инкубационного периода. Если человек болеет ОРВИ, то насморк появляется сразу. Уже через пару дней течения гриппа температура чуть снижается, начинает отделяться мокрота, пациент жалуется на насморк.

**Симптомы, характерные для отдельных штаммов вирусов**

Существенных отличий при размножении вирусов разных штаммов нет. Обычно грипп развивается по одной и той же схеме: резкое начало с ухудшением самочувствия, сухой кашель, повышение температуры. Однако есть некоторые специфические проявления.

**H1N1 (свиной грипп)**

В 3 случаях из 10 отмечаются в самом начале течения заболевания проблемы с работой пищеварительной системы: начинается диарея, рвота, для пациентов характерно обезвоживание. Эти симптомы проявляются на 2-3 день, беспокоят человека больше, чем боль в горле или температура.

Нередко развиваются осложнения, затрагивающие легкие. Речь идет в первую очередь о пневмонии. Особенно внимательным следует быть при лечении маленьких детей, беременных женщин, а также при возникновении посинения губ, ногтей, отдышки.

**Вирус гриппа В**

Обычно болезнь протекает в легкой форме, температура повышена только 3 дня, после пациент постепенно выздоравливает.

**Прочие штаммы и H3N2**

Заболеванию присуща типичная клиническая картина, особо отличающихся симптомов нет. Редко осложнением становится пневмония, бывает кровоточивость слизистых, кровоизлияния на коже.

**Как избежать осложнений при гриппе**

Если заметна тенденция ухудшения состояния, то о первых негативных изменениях следует сообщить врачу. Они могут появиться при заболевании гриппом разных штаммов. Срочно необходимо обратиться к специалисту при:

* устойчивой температуре более 39 градусов в течение 3 дней;
* отсутствии насморка, наличии сухости слизистых, сухого кашля на 3-ий день заболевания;
* трудностях с дыханием при низкой физической активности или во время разговора;
* посинении губ, ногтей;
* появлении крови при отхаркивании;
* болях в области груди;
* резком падении артериального давления.

Все названные симптомы при отсутствии лечения вызывают тяжелое осложнение – пневмонию. На фоне общего ухудшения состояния это может привести к летальному исходу.

**Грипп: лечить дома или в больнице?**

Лечение гриппа требует систематического и достаточно длительного приема лекарственных средств. Продолжительность лечения – не менее 5 дней. Если специфических симптомов и осложнений нет, то пациента лечат амбулаторно. В остальных случаях он нуждается в госпитализации.

Показания к помещению в стационар:

* старческий возраст (более 65 лет);
* другие заболевания в тяжелой форме;
* детский возраст (до 2 лет);
* появление пневмонии;
* беременность.

Если диагностируется пневмония, то пациентов вне зависимости от пола и возраста необходимо госпитализировать, особенно если воспаление легких двустороннее. Отказ от стационарного лечения грозит дыхательной недостаточностью и летальным исходом.

**Вирус гриппа: как лечить**

При заболевании гриппом вне зависимости от штамма вируса, вызвавшего его, следуют такой схеме:

* дезинтоксикация;
* устранение причины (источника) болезни путем приема противовирусных средств;
* симптоматическая помощь (назначение анальгетиков и жаропонижающих);
* антибактериальная терапия с опорой на показания.

**1.**Что касается первого этапа, то на дому (амбулаторно) он заключается в приеме щелочной жидкости без сахара и газов. Рекомендуемый объем в сутки – 2,5 литра (при отсутствии дисфункции почек и сердца). В стационаре же назначается внутривенное введение инфузий плазмозамещающих растворов, обильное питье.

**2.**Во время противовирусной терапии целью врача является подавление размножения патогена, а также стимуляция организма на выработку интерферона. Лучше всего будет, если прием лекарств начинается с первого дня появления симптомов гриппа. Хорошую эффективность на этом этапе показали сразу несколько препаратов.

**Осельтамивир** продается в аптеках под называниями «Номидес», «Тамифлю». Срок приема – 5 дней по 75 мг 2 раза в сутки. Может назначаться при беременности и для детей от 1 года. Не рекомендуется для пациентов с психическими отклонениями из-за появления тяжелых отклонений в поведении.

**Занамивир** отпускается в торговой сети как «Реленза». Принимается в виде ингаляций по 2 штуки в течение 5 дней. Может быть назначен беременным (в исключительных случаях из-за недостатка данных влияния на плод) и детям с 5 лет.

При заболевании гриппом наряду с антибактериальными и симптоматическими медикаментами рекомендуется назначать препараты, стимулирующие выработку интерферона. К ним относят кагоцел, ингавирин, эргоферон. Схема приема указывается в инструкции или подбирается врачом.

**3.**Кроме борьбы с вирусом не следует забывать и об устранении симптомов, снижающих качество жизни пациента и грозящих осложнениями. Прежде всего, это касается температуры. Снизить ее помогает парацетамол в дозировке около 1000 мг (для взрослого) не более 4 раз в сутки. Использовать в целях снижения температуры тела аспирин не рекомендуется.

**4.**Что касается последнего этапа, то назначение антибиотиков проводится лишь в крайнем случае. Эти препараты не влияют на вирус, поэтому если осложнений нет, то от их использования лучше отказаться. Если у пациента высокая температура является основным симптомом, или есть риск появления бактериальной инфекции, то антибактериальные средства могут назначаться. В остальных случаях логичнее приобрести амоксициллин или азитромицин.