

Свиной грипп

Свиной грипп – это новый вид гриппа. Поэтому у многих отсутствует к нему иммунитет. Симптомы нового гриппа: повышенная температура, кашель, боль в горле, боль в теле, головная боль и усталость. Свиной грипп также может вызывать понос и рвоту. При появлении симптомов гриппа следует оставаться дома до тех пор, пока у вас в течение одного дня не будет отсутствовать температура. Для всех, постоянно проживающих в Стокгольме или пребывающих в этой губернии длительное время, предлагается бесплатная вакцинация от свиного гриппа.

Новый грипп А(H1N1), который обычно называют свиным гриппом, до сих пор поражал, в основном, молодежь до 30 лет. Однако, заболеть им может человек любого возраста. В Швеции только некоторым из заболевших потребовалось лечение в больнице. Приблизительно 5% из общего количества заболевших свиным гриппом потребовалась госпитализация; заболевание некоторых лиц было настолько серьезным, что они были положены в отдел интенсивного лечения. Незначительное количество заболеваний привело к летальному исходу.

Сходство с обычным гриппом

Симптомы свиного гриппа напоминают обычный грипп. У зараженных вирусом наблюдается повышенная температура, кашель, боль в горле, боли в теле, головная боль и усталость. Свиной грипп также может вызывать понос и рвоту.

Грипп, как правило, продолжается от пяти до семи дней, но еще две-три недели больной может испытывать усталость. Как и при обычном гриппе, могут развиваться осложнения, такие как воспаление легких, синусит и другие инфекции.

Как избежать заражения

Заражение новым гриппом происходит также, как и при обычном гриппе. Вирус распространяется по воздуху: когда больной кашляет или чихает, и вирус попадает в дыхательные пути находящиеся вблизи людей. Риск заражения повышается при близком общении с большим количеством людей в закрытых помещениях. На открытом воздухе распространение вируса происходит не так быстро. Вирус не распространяется через свинину или другие пищевые продукты.

Снизить риск заражения можно следующим образом:

- Избегать близких контактов с другими людьми, таких как рукопожатие или поцелуи в щеки.
- Часто мыть руки. Рекомендуется использовать средство для дезинфекции рук.
- Мыть руки, прежде чем прикоснуться к глазам, носу и рту.
- Избегать близких контактов с людьми, заболевшими гриппом.
- Чихать или сморкаться следует в сгиб локтя или бумажный носовой платок.
- Находитесь как можно больше на открытом воздухе.

Если вы заболели

Поскольку грипп вызывается вирусом, то он не подлежит лечению антибиотиками. Если вы здоровы в остальном, то достаточно мер, облегчающих симптомы.

- Оставайтесь дома, не ходите на работу или в школу, пока у вас в течение одного дня не будет отсутствовать температура. Как правило, выздоровление занимает от 5 до 7 дней.
- По возможности избегайте выполнения дел и контактов с людьми, если это не является абсолютно необходимым. Важно не заразить других людей.
- Пейте много воды.
- Отдыхайте и сохраняйте спокойствие.
- Больше спите.
- При необходимости принимайте жаропонижающие и болеутоляющие средства.

Обращение за медицинской помощью

Если вы относитесь к группе риска или беременны

К группам наибольшего риска серьезного заболевания при заражении новым гриппом относятся взрослые и дети с 6-месячного возраста со следующими заболеваниями:

- Хронические сердечно-сосудистые заболевания
- Хронические легочные заболевания (например, астма, хроническая препятствующая легочная болезнь)
- Хронические заболевания печени и почечная недостаточность
- Диабет
- Сниженный иммунитет (например, наследственные дефекты иммунной системы; прохождение лечения, снижающего иммунитет; лейкемия; ВИЧ)
- Нейрологические и нейромышечные заболевания, воздействующие на дыхание, например, боковой амиотрофический склероз, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона
- Тяжелая степень ожирения (BMI более 40)

а также:

- Беременные женщины
- Дети с церебральным параличом или другими разносторонними типами инвалидности.

Если вы относитесь к какой-либо из групп риска и имете симптомы заболевания, то вам следует незамедлительно обратиться к врачу. Это также касается лиц, ухаживающих за заболевшими гриппом, если они относятся к группе риска. Для того, чтобы узнать, куда вам следует обратиться, позвоните в Справочную службу по медицинскому уходу (Vårdguiden) по телефону 08-320 100 с последующим нажатием клавиши 0. Служба работает круглосуточно, консультация на шведском и английском языках.

Прочее население

Если грипп продолжается более недели или его симптомы очень тяжелые, то вам следует обратиться к врачу. Это может свидетельствовать о том, что вы заболели какой-либо другой болезнью, или что грипп перерос в более серьезное заболевание. Для того, чтобы узнать, куда вам следует обратиться, позвоните в Справочную службу по медицинскому уходу (Vårdguiden) по телефону 08-320 100 с последующим нажатием клавиши 0. Служба работает круглосуточно, консультация на шведском и английском языках. Это распространяется, например, на следующие случаи:

- Высокая температура (свыше 38,5 градусов) в течение более трех дней
- Затруднения при дыхании
- Сильные боли в груди
- Плохое общее состояние.

Вы должны сначала позвонить, прежде, чем ехать в поликлинику (vårdcentralen) или клинику домашних врачей (husläkarmottagningen). Это очень важно, чтобы не заразить других людей.

Право на переводчика

Если вы не говорите по шведски, то вы имеете право на помощь переводчика при посещении медицинских или стоматологических учреждений. Услуга бесплатная. При записи на прием вам или вашему представителю следует сказать, что вам требуется переводчик. Переводчик может присутствовать лично или переводить по телефону.

Статья обновлена: 2009-11-16
www.varldguiden.se