
Свиной грипп

Что такое свиной грипп?

Свиной грипп – это респираторное заболевание свиней, вызванный вирусом гриппа типа А, который обычно вызывает вспышки заболеваний у свиней. Обычно люди не заражаются свиным гриппом, но тем не менее инфицирование человеком может быть. Случаи передачи вируса свиного гриппа от человека к человеку были известны и раньше, но обычно инфицирование не выходило за пределы трех человек.

Есть ли в настоящее время случаи инфекций в округе Сакраменто?

27 апреля отдел общественного здравоохранения округа Сакраменто определил три случая свиного гриппа в средней школе (K-8). Все случаи в Сакраменто имеют умеренную тяжесть. В настоящее время школа закрыта с целью предотвращения дальнейшего распространения заболевания и откроется вновь, если среди учеников не появятся новые случаи заболевания.

Есть ли случаи инфицирования свиным гриппом в США?

В конце марта и начале апреля 2009 года были зарегистрированы первые случаи заражения людьми вирусом свиного гриппа типа А (H1N1) в Южной Калифорнии и около города Сан-Антонио, штат Техас. Сообщается также о случаях заражения людей свиным гриппом в других штатах страны и за рубежом. Постоянно обновляющийся учет подтвержденных случаев инфицирования свиным гриппом в США ведется на сайте <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm>. Федеральный центр по контролю и профилактике заболеваний совместно с местными и штатными агентствами изучает данную ситуацию.

Является ли вирус свиного гриппа заразным?

Центр по контролю и профилактике заболеваний определил, что вирус свиного гриппа типа А (H1N1) является заразным и передается от человека к человеку. Тем не менее, в настоящее время неизвестно, как легко вирус может распространяться между людьми.

Каковы признаки и симптомы заболевания свиным гриппом у людей?

Симптомы свиного гриппа у людей похожи на симптомы обычного гриппа: высокая температура, кашель, боли в горле и во всем теле, озноб и общая слабость. Некоторые люди сообщают о поносе и рвоте, вызванных свиным гриппом. В прошлом в результате свиного гриппа и людей были зарегистрированы случаи более серьезных заболеваний (воспаления легких и дыхательная недостаточность). Подобно обычному сезонному гриппу свиной грипп может вызывать обострение хронических болезней.

Как распространяется свиной грипп?

Считается, что вирус свиного гриппа типа А (H1N1) распространяется так же, как и обычный сезонный грипп. Вирусы гриппа передаются в основном от инфицированного человека другим людям при кашле и чихании. Иногда люди могут заразиться гриппом через прикосновение к поверхности, имеющей вирусы гриппа с последующим касанием рта или носа.

Как больной гриппом может заразить других людей?

Инфицированные люди могут заразить других в течение 1-7 дней болезни. Это означает, что носителями болезни являются как больные гриппом, так и люди, которые еще не знают о том, что больны.

Что нужно делать, чтобы не заразиться свиным гриппом?

Первое и самое главное: мойте руки. Поддерживайте свое здоровье. Будьте физически активны, спите достаточно, управляйте своим стрессом, пейте много жидкостей и питайтесь здоровой пищей. Старайтесь не прикасаться к поверхностям, которые могут быть заражены вирусом гриппа. Избегайте контактов с больными людьми.

Есть ли лекарство от свиного гриппа?

Да. Для профилактики и лечения свиного гриппа центр по контролю и профилактике заболеваний рекомендует лекарства Oseltamivir или Zanamivir. Эти противовирусные лекарства (в виде таблеток, жидкости или ингалятора) отпускаются по рецепту и предотвращают распространение вирусов в организме. У больных эти лекарства снижают тяжесть течения болезни и улучшают самочувствие. Они также предотвращают серьезные осложнения. Для лучшего эффекта прием противовирусных лекарств следует начинать сразу же после заболевания (в течение 2 дней с момента появления симптомов).

Как долго инфицированный человек может заражать свиным гриппом других людей?

Инфицированных вирусом свиного гриппа людей следует считать потенциально заразными в течение всего времени наличия у них симптомов болезни и вплоть до семи дней с момента заболевания. Дети, особенно маленькие, потенциально могут быть носителями инфекции более длительный период времени.

Какие поверхности чаще всего могут быть зараженными?

Микробы могут передаваться через прикосновение человека предмету или поверхности с последующим касанием глаз, рта или носа. Микроскопические капли от кашля или чихания зараженного человека переносятся по воздуху. Микробы могут переноситься при контакте с каплями кашля другого человека, находящимися на поверхности, например, на столе с последующим касанием глаз, рта или носа.

Как долго вирусы могут жить вне организма человека?

Известно, что некоторые вирусы и бактерии могут жить более 2 часов на таких поверхностях как столы в кафе, дверные ручки и канцелярские столы. Частое мытье рук снижает риск заражения от этих поверхностей.

Что мне следует делать, чтобы не заболеть?

В настоящее время нет вакцины для защиты от свиного гриппа. Предотвратить распространение микробов таких респираторных заболеваний, как грипп, можно обычными ежедневными действиями. Следующие шаги помогут защитить ваше здоровье:

- При кашле и чихании закрывайте нос и рот салфеткой. Использованную салфетку сразу же выбрасывайте в мусор.
- Часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Хороший эффект имеют влажные салфетки для рук на алкогольной основе.
- Не касайтесь руками глаз, носа или рта. Микробы передаются именно таким образом.
- Старайтесь избегать контактов с больными людьми.
- Если вы заболели гриппом, центр по контролю и профилактике заболеваний рекомендует находиться дома и ограничить контакты с другими людьми.

Каков наилучший путь предохранения от заражения через кашель или чихание?

Если вы заболели, как можно больше ограничьте ваши контакты с другими людьми. Если вы больны, не ходите на работу или учебу. Про кашле или чихании закрывайте рот, это предохранит заражение окружающих вас людей. Использованную для этого салфетку выбрасывайте в мусор. После этого вымойте руки. Мойте руки каждый раз после кашля или чихания.

Как лучше всего мыть руки?

Мытье рук предохраняет вас от попадания на кожу микробов. Мойте руки 15-20 секунд водой с мылом или протирайте руки влажной салфеткой на алкогольной основе. Если воды с мылом поблизости нет, протрите руки влажной салфеткой на алкогольной основе или жидким дезинфицирующим средством для рук, которые вы можете купить в большинстве магазинов и аптек. Если вы пользуетесь гелем, втирайте его в кожу рук до высыхания. Гелю не нужна вода, содержащийся в нем алкоголь убивает микробы на ваших руках.

Что делать, если вы заболели?

Вы проживаете в местности, где случаи заболевания свиным гриппом уже зафиксированы. Если у вас появятся симптомы свиного гриппа – высокая температура, боли во всем теле, насморк, боли в горле, рвота или понос, вам следует обратиться к врачу, особенно если эти симптомы вас беспокоят. Врач определит, нужно ли проводить диагностику или лечение.

Если вы заболели, вам следует находиться дома и избегать контактов с другими людьми, чтобы не заразить их.

Если вы заболите и у вас появятся любые из перечисленных симптомов, обращайтесь в скорую медицинскую помощь.

В случаях с детьми причинами для обращения в скорую помощь могут быть:

- Учащенное или затрудненное дыхание
- Посинение кожи
- Обезвоживание
- Сонливость и плохое общение
- Повышенная раздраженность, когда ребенок даже не хочет, чтобы его держали на руках
- Улучшение симптомов гриппа с последующим возвращением с более высокой температурой и более сильным кашлем
- Жар с сыпью

В случаях с детьми причинами для обращения в скорую помощь могут быть:

- Затрудненное дыхание или одышка
- Боль или давление в области груди или живота
- Приступы головокружения
- Помрачение сознания
- Сильная или постоянная рвота

Насколько опасна инфекция свиного гриппа?

Как в случаях с обычным сезонным гриппом формы свиного гриппа у людей могут варьироваться от умеренной до тяжелой. В период с 2005 года по январь 2009 года в США зарегистрированы 12 случаев заболевания людьми свиным гриппом без смертных случаев. В то же время заражение свиным гриппом может представлять опасность. В сентябре 1988 года 32-летняя беременная женщина в штате Висконсин, инфицированная свиным гриппом, была госпитализирована с воспалением легких. Она скончалась восьмью днями позже. Вспышка свиного гриппа в городе Форт-Дикс, штат Нью-Джерси, в 1976 году привела к заболеванию 200 человек и одной смерти.

Могут ли люди заразиться свиным гриппом, принимая в пищу свинину?

Нет. Свиной грипп не передается с едой. Принимая в пищу свинину или продукты из свинины, заразиться свиным гриппом нельзя. Надлежащим образом приготовленная свинина безопасна.

Источник: http://www.cdc.gov/swineflu/swineflu_you.htm