

Начало весны с ее слякотью и потеплением, авитаминозом и общим ослаблением организма после продолжительной зимы – любимое время ОРВИ и гриппа. С сенсационным появлением коронавируса, известия о котором живо напоминают сводки с места боевых действий, как-то подзабылись обычные сезонные заболевания, а между тем их никто не отменял.

Так, в информации, размещенной на сайте Управления Роспотребнадзора по Камчатскому краю, отмечено, что по итогам 10-й недели с начала года «зарегистрировано 10 случаев лабораторно подтвержденного гриппа А (H3N2)». Последний носит также название гонконгского гриппа – «в честь» города, где в 1968–1969 годах наблюдалась одна из массовых вспышек заболевания. Симптомы его ничем не отличаются от обычного, а вот осложнения более серьезные. В последний раз наши соотечественники болели им в 60-е годы прошлого века, и медики считают, что у этого поколения есть иммунитет, а вот остальным стоит побережиться. В Интернете можно прочитать, что гонконгскому гриппу присвоена вторая категория индекса степени тяжести пандемии: это означает, что болезнь заканчивается смертельным исходом для 1–5 человек из 1000 заболевших. Для сравнения: у свиного гриппа первая категория – от него умирают в пять раз реже. Повышенную опасность гонконгский грипп представляет для детей первых двух лет жизни и пожилых людей, у них чаще всего развиваются осложнения. Вирусная инфекция может повлечь за собой бактериальную пневмонию, поражение сердечной мышцы, менингит, отит и другие заболевания, а также усугубить уже имеющиеся, вызвав обострение астмы, диабета, хронических болезней сердечно-сосудистой системы. Особенности симптоматики гонконгского гриппа медики называют его стремительное развитие.

Между тем на просьбу корреспондента газеты «Вести» прокомментировать информацию о случаях гонконгского гриппа, пояснить, чем он отличается и дать рекомендации населению относительно мер профилактики, заместитель руководителя Управления Роспотребнадзора по Камчатскому краю Яна Николаевна Господарик уверенно ответила, что подтвердить сведения о случаях гонконгского гриппа не может, так как в управление информация о них не поступала, и предложила интересующие корреспондента вопросы задать в письменной форме и передать их по факсу для ответа. Получается, руководитель не в курсе того, что размещено на сайте организации и прошло в новостных лентах? А ведь на том же сайте ранее сообщалось, что за девятую неделю с начала 2020 года «зарегистрировано 6 случаев лабораторно подтвержденного гриппа В и 4 случая лабораторно подтвержденного гриппа А (H3N2)».

В ведомстве также отметили, что по итогам 10-й недели 2020 года эпидситуация по

гриппу и ОРВИ оценивается как благополучная: заболеваемость в целом по совокупному населению и по отдельным возрастным группам не превысила недельные эпидпороги. Показатель заболеваемости совокупного населения **по краю ниже уровня недельного эпидпорога на 18,4%, по краевому центру ниже на 27,9%**.

Медики напоминают, что возбудители гриппа и ОРВИ передаются от человека к человеку воздушно-капельным путем и достаточно заразны. При ОРВИ (острых респираторных вирусных инфекциях не гриппозной этиологии) заболевание развивается постепенно, чаще всего начинается с утомляемости и насморка, сухого кашля, который затем переходит в мокрый. При гриппе же отмечается резкое ухудшение состояния – повышение температуры тела (в отдельных случаях до 40,5 градуса), головная боль, ломота в мышцах и суставах, чувствительность к свету. Наиболее активная фаза приходится на 3–5 день заболевания, выздоровление происходит на 8–10-й день. После перенесенного гриппа организм становится чрезвычайно восприимчивым к различным инфекциям, что приводит к тяжелым инфекционным осложнениям.

Для того чтобы предупредить заболевание, врачи дают советы закалять организм, обязательно высыпаться, больше находиться на свежем воздухе, но без переохлаждения, а также советуют включить в рацион продукты, содержащие витамины А, С, цинк и кальций: цитрусовые, киви, сладкий перец, молочные и кисломолочные продукты, твердые сыры, отварную рыбу, говядину, морковь со сметаной, изюмом или курагой и др. Как человек приезжий, совершила «пробежку» по местным продуктовым магазинам и поняла, что почти все эти продукты действительно продают как лекарство, причем с составляющей иностранной производной. Так что многим людям из категории «риска», например, пенсионерам, остается свежий воздух. Да моя старенькая соседка тетя Катя так и поступает: гуляет вокруг дома, когда погода позволяет. Закаляет организм.

А вот еще один полезный совет: «При посещении общественных мест с собой необходимо взять медицинскую маску. Если в общественном месте чихают и кашляют, закройте рот и нос медицинской маской – это поможет предотвратить инфицирование». Обзвонив ряд аптек в Петропавловске-Камчатском (дело было 12 марта), уверилась, что этому полезному совету последовать не так просто. В справочной службе аптек «Мини-цен» мне ответили, что масок в продаже пока нет, а когда будет поступление, неизвестно, и о том, сколько они будут стоить, сказать тоже ничего не могут: зависит от производителя и количества штук в упаковке. В аптеке «Здоровье» с огорчением сообщили, что маски закончились только что, а когда придут новые, неизвестно, но посоветовали время от времени заходить, посматривать. Не оказалось масок и еще в четырех различных аптеках краевого центра.

И наконец завершает ряд рекомендаций настойчивая просьба к потенциальным пациентам «при первых признаках заболевания обратиться к врачу», поскольку «любое вирусное заболевание, перенесенное на ногах, может привести в дальнейшем к нежелательным последствиям и осложнениям. К тому же заболевший человек заражает окружающих».

Попытка записаться на прием к терапевту городской поликлиники № 1 (в качестве эксперимента) дала ожидаемый результат: очередь к нему на неделю вперед, как, впрочем, в любых областных или районных больницах любых городов Дальневосточного региона. Сопоставив с приведенной выше строкой: «выздоровление наступает обычно на 8–10-й день», вспомнила любимую бабушкину фразу: «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих», вытащила запасы домашнего чеснока, байкальского чабреца и, подумав, купила горчицы (для случаев переохлаждения). И, уже сделав все это, с чувством глубокого удовлетворения прочла, что «ситуация по заболеваемости гриппом и ОРВИ остается на контроле Управления Роспотребнадзора по Камчатскому краю». Ну теперь-то уж точно ничего не страшно!

Наталья МАКСИМИШИНА