

Профилактика ОРВИ

Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ) – острая, наиболее часто встречающаяся и в большинстве случаев самоограничивающаяся инфекция респираторного тракта, проявляющаяся катаральным воспалением верхних дыхательных путей и протекающая с лихорадкой, ринитом, чиханием, кашлем, болью в горле, нарушением общего состояния разной выраженности.

симптомы ОРВИ:

- чихание, образование слизи;
- слабость и вялость больного;
- подъем температуры до 38 градусов уже на второй день болезни;
- поражение слизистой оболочки глаз и желудочно-кишечного тракта;
- кашель и насморк становятся влажными.

Пути передачи инфекции:

- Воздушно капельный (при кашле или чихании больного)
- бытовой (заражение через предметы обихода, туалетные принадлежности, детские игрушки, белье, посуду и т.д.).

Вирус в воздухе сохраняет заражающую способность от 2 до 9 часов.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Профилактика ОРВИ:

1. по возможности старайтесь избегать большого количества людей в общественных местах;
2. как можно чаще выполняйте правила гигиены, тщательно мойте руки;
3. старайтесь употреблять такие иммуностимулирующие препараты, как прополис, элеутерококк, женьшень, мумие и др.;
4. мажьте нос оксолиновой мазью;
5. промывайте нос солевым раствором;
6. ешьте больше фруктов и овощей с высоким содержанием витаминов;
7. чаще гуляйте на улице;
8. пейте больше чистой фильтрованной воды;
9. закаляйте свой организм.

Лечение ОРВИ

- Постельный режим, обильное питье
- Отхаркивающие средства (амброксол, бромгексин и тд)
- Витамины
- Комплексные препараты (антигриппин, лорейн, колдрекс)

Антибиотики для лечения неосложненных форм ОРВИ и гриппа не применяют, поскольку они не влияют на вирусы!