Грипп: профилактика, симптомы и лечение

Грипп - это инфекционно-вирусное заболевание, заражение которым происходит воздушно-капельным путем от больного человека. Вирус передается с микрочастицами слюны и слизи, которые распыляются в окружающую среду при кашле и чихании. При вдыхании такого воздуха микрочастицы оседают в носоглотке, затем вирус внедряется и размножается в клетках слизистых верхних дыхательных путей.

Знания о том, чем отличается грипп от ОРВИ, помогут человеку оценить свое состояние и вовремя принять необходимые меры, которые поспособствуют быстрому избавлению от заболевания и осложнений. Грипп приходит неожиданно и быстро полностью захватывает организм человека, вызывает резкое повышение температуры до очень высоких значений, повышенную чувствительность к свету, ломоту в мышцах и суставах, а также сильную головную боль. На второй день появляются мучительный кашель и боль в груди, иногда добавляются тошнота, рвота, понос, часто бывает покраснение глаз.

Присказка о том, что любая ОРВИ проходит за неделю вне зависимости от того, лечить ее или нет, опасна и обманчива. К сожалению, фармацевтические компании идут на поводу у современных людей, не желающих обращаться за медицинской помощью и брать больничный на время лечения. Поэтому аптечные прилавки переполнены всевозможными порошками, таблетками и спреями, обещающими победить простуду буквально за часы. Еще один пример вреда самолечения - это применение антибиотиков при гриппе и ОРВИ. Больные часто сами "прописывают" себе антибактериальные препараты, игнорируя вирусное происхождение заболевания. Микробам, вызывающим простуду, антибиотики не страшны, а вот иммунитет может от них серьезно пострадать. Принимать их имеет смысл (и необходимо) лишь в том случае, если вирусная инфекция осложнилась бактериальной. И делать это можно только по назначению врача.

Чем опасен такой подход? Во-первых, отсутствие профессиональной медицинской консультации означает, что Вы не сможете узнать, какая именно инфекция Вас поразила - грипп или другое ОРВИ. Во-вторых, большая часть препаратов, призванных облегчить симптомы респираторной инфекции, не только игнорирует возбудителя, но в некоторых случаях и даже облегчает ему жизнь. К примеру, нерациональное применение жаропонижающих лекарств блокирует естественную защиту организма - повышение температуры, которое губительно для микробов. А многие леденцы для горла способствуют распространению возбудителя по ротовой полости. В результате болезнь протекает дольше и тяжелее, чем если бы лечение не проводилось вовсе.

Игнорировать простудные явления нельзя ни в коем случае. Любой врач наверняка приведет вам пару пугающих примеров из личной практики, когда люди серьезно подрывали здоровье, решив перенести грипп "на ногах". Без медицинской помощи инфекция способна проникать далеко за пределы носоглотки, вызывая тяжелейшие осложнения: поражение сердца, печени, головного мозга, легких.

Как же правильно лечить грипп? В первую очередь определимся основными направлениями лечения: необходимо уничтожить возбудителя инфекции, поддержать защитные силы организма и снять наиболее мучительные симптомы. Противовирусных средств существует много, но далеко не все они доказали свою эффективность против гриппа. В настоящий момент доверия заслуживают препараты осельтамивир ("Тамифлю"), занамивир ("Реленза"), умифеновир ("Арбидол"). В нашей стране эти лекарства отпускаются только по рецепту врача. Для снятия неприятных симптомов, сопровождающих грипп, стоит применять нестероидные противовоспалительные препараты (например, ибупрофен или парацетамол), сосудосуживающие капли и спреи в нос, препараты, снижающие боль в горле (фарингосепт, септолете и др.). При наличии кашля также допустим прием муколитиков (ацетилцистеин, бромгексин и др.). Но решение о назначении лечения должен принимать врач.

Чай с малиновым вареньем, компрессы и паровые ингаляции над кастрюлей с отварным картофелем - привычный с детства набор, призванный помочь поправиться при гриппе. Однако не стоит забывать, что многие "бабушкины" подходы к лечению инфекций получили распространение не столько благодаря их эффективности, сколько по причине отсутствия доступа к квалифицированной помощи и современным лекарствам. Поэтому постарайтесь критически оценивать каждый народный рецепт - быть может, он уже не актуален? К примеру, врачи советуют отказаться от водочных компрессов с последующим укутыванием больного в ворох одеял: гораздо разумнее создать пациенту комфортные условия, в соответствии с его предпочтениями, и тогда организм сам отрегулирует процесс терморегуляции. Главное - помните, что народные методы выполняют вспомогательную, а не основную функцию в лечении гриппа.

Профилактика простудных заболеваний включает в себя ряд мер, направленных на предотвращение попадания вирусов в наш организм и соответственно заражения. Следование довольно простым советам поможет вам избежать или, по крайней мере, уменьшить вероятность данного недуга. Большинство вирусов простуды и грипп распространяются при непосредственном контакте. Заболевший чихает или кашляет, а затем касается телефона, клавиатуры, чашки, поверхности мебели. При этом микробы-носители могут жить в течение нескольких часов, прежде чем здоровый человек коснется зараженной поверхности. Простое мытье рук - единственное наиболее важное средство предотвращения распространения вирусных и бактериальных инфекций. Если вы хотите предотвратить простуду - просто остановитесь и вымойте руки. Если вода недоступна - салфетки на спиртовой основе так же станут отличным дезинфицирующим средством.

Когда вы чувствуете, что сейчас начнете чихать или кашлять, используйте одноразовые носовые платки, которые потом нужно немедленно выбросить. Если у вас нет салфетки или носового платка - прикройте рот руками, а затем обязательно их вымойте. Если вы не принимаете витамины в виде таблеток - ешьте темно-зеленые, красные и желтые овощи и фрукты. В них много природных витаминов, которые укрепляют иммунную систему и помогают ей бороться с простудными заболеваниями.

Медицинская статистика свидетельствует, что заядлые курильщики более тяжело переносят простуду и более часто болеют.

Злоупотребление алкоголем подавляет иммунную систему. Тяжело пьющие люди более склонны к проникновению в организм инфекций, а также к вторичным осложнениям после простуды.

Как только вы научитесь расслабляться и больше отдыхать, хорошо высыпаться, количество интерлейкинов в крови увеличится, а это - лидеры иммунной системы в борьбе с вражескими "агентами".

Ну а самый эффективный способ избежать простудных заболевании - это своевременная вакцинация! При возникновении симптомов, похожих на грипп или простуду, не занимайтесь самолечением, а обращайтесь к врачу. Только врач назначит эффективное и безопасное лечение. Будьте здоровы!

Н.С. СИМАКОВА,
участковый врач-терапевт

Уважаемые налогоплательщики!

С 1 января 2019 года на территории Калужской области, одного из четырех субъектов, установлен специальный налоговый режим "Налог на профессиональный доход".

Применять специальный налоговый режим "Налог на профессиональный доход" вправе физические лица, в том числе индивидуальные предприниматели, местом ведения деятельности которых является территория Калужской области.

Самозанятый - это человек, который сам производит товары или предоставляет услуги, у которого нет работодателя, нет наемных работников, оборот не более 2,4 млн рублей.

Для этого разработано специальное мобильное приложение "Мой налог". С его помощью можно будет вести электронный документооборот с налоговыми органами и перечислять налог на профессиональный доход (далее - НПД) в бюджет.

Самозанятым не понадобятся кассовые аппараты, и им не надо сдавать отчетность. Все реализовано с помощью мобильного приложения.

Ставка НПД составит: 4% - в отношении доходов, полученных от реализации товаров (работ, услуг, имущественных прав) физическим лицам; 6% - юридическим лицам.

Более подробную информацию можно получить на официальном сайте **npd.nalog.ru.**

Федеральный закон от 27.11.2018 № 422-ФЗ "О проведении эксперимента по установлению специального налогового режима "Налог на профессиональный доход" в городе федерального значения Москве, в Московской и Калужской областях, а также в Республике Татарстан (Татарстан)".

Ю.И. КЛОЧКОВА,
и.о. начальника инспекции,
советник государственной гражданской службы РФ 2 класса

ПОГОДА в Бетлице

Погода не отвечает за неисполнение прогноза

Метеопараметр	Время (местное)	07/03 ЧТ	08/03 ПТ	09/03 СБ
Температура воздуха, ^{0}C	9 ч.	- 5	+ 2	+ 8
	15 ч.	+ 2	+ 6	+ 7
Осадки (в течение суток)				
Атмосферное давление, мм рт.ст		749	741	736
Направление приземного ветра		Ю-З	Ю	Ю-З
Скорость приземного ветра, м/с		5	7	7

Информация взята на сайте www.rp5.ru

Поздравление

Любимого, дорогого ***Леонида Ивановича ТРОШИНА*** *поздравляем с юбилеем.*

Желаем тебе много сил и энергии, желаний и возможностей. Пусть будет крепким здоровье, счастливым взгляд и добрым сердце. С днем рождения тебя!

Жена, дети, внуки

Приглашение

10 марта в 11.00 часов состоится традиционная **"Масленица".**

В программе:
- выставка масленичных кукол СДК;
- аквагрим для детей;
- масленичные игры;
- обжорные ряды;
- призы и подарки;
- песни и хороводы.

Участвуйте в конкурсах, получайте жетоны и обменивайте их на призы!

Вниманию рыболовов!

9 марта на озере п. Бетлица пройдут командные соревнования **по зимнему спортивному рыболовству** в зачёт спартакиады. Приглашаются только рыбаки, проживающие в Куйбышевском районе. Состав команды: 3 человека. Сбор участников с 8.00 часов в районе плотины. Соревнования пройдут в два этапа: 1 этап - с 9.00 до 11.30; взвешивание улова, обед; 2 этап - с 13.00 до 15.30. Взвешивание, подведение итогов, награждение. Для рыбаков-участников организуется уха.

Реклама и объявления

на правах рекламы

Продается полдома: Пискарева, 6, кв. 1.
Тел. 8-919-032-87-49.

Магазин "Березка" реализует сертифицированный семенной картофель (класс Суперэлита).

Продаются куры.
Обращаться в магазин "Комбикорма".
Тел. 8-980-510-30-18.

МП "Топливообеспечение" **требуется** водитель.
Тел. 8-964-148-18-18.

Коллектив детского сада "Василек" выражает искренние соболезнования родным и близким по поводу смерти
ИВАНОВОЙ
Тамары Михайловны.

Коллектив Бетлицкой средней школы выражает искренние соболезнования директору Алексею Васильевичу Сидорову по поводу смерти его **отца.**

ГАЗЕТА "БЕТЛИЦКИЙ ВЕСТНИК"
Учредители: администрация МР "Куйбышевский район" и автономная некоммерческая организация "Редакция газеты "Бетлицкий вестник".

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаци-й по Калужской области. Свидетельство ПИ № ТУ40-00124 от 22 августа 2011 г.

Мнение авторов подписанных материалов может не совпадать с позицией редакции.
За достоверность публикуемых материалов ответственность несет их автор.
Рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются.
Цена в розницу - свободная

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:
249500, Калужская обл., п. Бетлица, ул. Калинина, д. 1.
ТЕЛ/ФАКС: (48457) 2-16-52
E-mail: betvest@kaluga.ru
http://vestnik.betlica.ru
ТЕЛЕФОНЫ: редактор — 2-16-44, ответственный секретарь — 2-16-52, корреспонденты — 2-16-54, бухгалтер, отдел рекламы и объявлений — 2-13-51.

Объем 1 печ. л.
Индекс 51753.
Заказ
Тираж 1400.
Номер подписан в печать 04.03.2019 г.
По графику: в 17.00
Фактически: в 17.00

Главный редактор А.А. ЗАРЕЦКИЙ Номер набран и сверстан в редакции газеты "Бетлицкий вестник", отпечатан КРОФИСМК "Губерния", 248640, г. Калуга, пл. Старый Торг, 5.