

## **Как протекает грипп. Симптомы, признаки гриппа**

Клиника гриппа и **острых респираторных вирусных инфекций**, из-за сочетания общетоксических симптомов и поражения дыхательных путей, имеет много общего.

Грипп — это острое высоко заразное заболевание, которое отличается резким токсикозом, умеренными катаральными явлениями с наиболее интенсивным поражением трахеи и крупных бронхов. Клинические симптомы гриппа могут существенно варьировать в зависимости от состояния защитных сил организма и от возраста больного, от заразности вируса и от его типа.

Грипп 2013 может быть не осложненный и осложненный.

### **По тяжести течения грипп подразделяют:**

- легкая форма
- средняя форма
- тяжелая форма
- гипертоксическая форма
- молниеносная форма течения.

Инкубационный период гриппа длится, как правило, от нескольких часов до 1-2 дней, но может продолжаться и 5 дней.

Затем начинается период острых клинических проявлений гриппа. Тяжесть течения не осложненного гриппа определяется выраженностью и продолжительностью интоксикации.

Синдром интоксикации является ведущим при гриппе и выражен с первых же часов заболевания. Первый признак гриппа - это повышение температуры. Грипп всегда начинается остро с повышения температуры тела — от субфебрильных цифр до гипертермии (от 37,2 до 40° по Цельсию). Обычно в течение нескольких часов температура достигает высоких цифр и сопровождается ознобом. При легком течении болезни температура тела не превышает субфебрильных цифр. Уровень лихорадки отражает выраженность интоксикации, но полностью отождествлять эти понятия нельзя. Иногда при очень высокой температуре тела признаки интоксикации выражены не резко, что часто отмечается у молодых людей, заболевших гриппом, вызванным вирусом типа А (H1N1)! Повышение температуры у них кратковременное, а затем болезнь имеет среднетяжелое течение.

Температурная реакция при гриппе отличается остротой и относительной непродолжительностью. Лихорадочный период длится 2-6 дней, реже дольше, а затем температура быстро снижается. Наличие затянувшейся повышенной температуры может свидетельствовать о возникновении какого-либо осложнения.

Ведущий признак интоксикации и один из первых признаков, симптомов гриппа — головная боль. Боль отмечается в лобной области, особенно в области надбровных дуг, в надглазничной области, иногда за орбитами глаз и усиливается при движении глазного яблока. У пожилых людей головная боль часто распространенная. Выраженность головной боли может быть различной,

но в большинстве случаев она бывает умеренной. Сильная головная боль в сочетании с нарушением сна, многократной рвотой, галлюцинациями наблюдается у больных с тяжелым течением болезни и нередко сопровождается синдромом поражения центральной нервной системы. У взрослых, в отличие от детей, резко возникает судорожный синдром.

Общая слабость, чувство недомогания, разбитость, повышенное потоотделение — частые симптомы при гриппе. Отмечается повышенная чувствительность к яркому свету, резким звукам, к холоду. Сознание чаще сохранено, однако возможны бредовые состояния. Частым симптомом гриппа являются мышечные и суставные боли, ломота во всем теле, преимущественно в пояснично-крестцовой области.

Характерен внешний вид больного: лицо покрасневшее, одутловатое. Отмечается конъюнктивит, который сопровождается светобоязнью и слезотечением. Вследствие нарушения капиллярного кровообращения и гипоксии лицо больного имеет синюшный оттенок.

Катаральный синдром также является одним из ведущих при гриппозной инфекции, но он отступает на второй план и в ряде случаев выражен слабо либо отсутствует. Продолжительность катарального синдрома 7-10 дней. Наиболее длительно сохраняется кашель.

В первые дни наблюдаются изменения в ротоглотке: выраженное покраснение мягкого неба с четким разграничением от твердого неба. К 3-4 дню от начала заболевания покраснение сменяется инъекцией сосудов, образующих сплетение — «сеточку». Кроме того, при тяжелом течении болезни на мягком небе появляются мелкие кровоизлияния. На фоне сосудистых расстройств имеется зернистость, представленная увеличенными лимфатическими фолликулами. При тяжелом течении гриппа, кроме отека мягкого неба отмечается синюшность. Задняя стенка глотки у больных гриппом суховатая, блестящая, покрасневшая, нередко с зернистостью. Больные отмечают першение и сухость в глотке. К 7-8 дню от начала заболевания слизистая мягкого неба у большинства больных приобретает нормальный вид.

Отмечаются изменения в носоглотке: слизистая оболочка носа покрасневшая, отечная, сухая. Набухание носовых раковин затрудняет дыхание через нос. Указанные изменения на 2-3 день от начала заболевания сменяются выделениями из носа. Ринит наблюдается приблизительно у 80% больных, длительность его 4-7 дней. Вследствие токсического поражения стенок сосудов и интенсивного чихания при гриппе нередко бывают носовые кровотечения.

Наиболее типичен синдром трахеобронхита, который проявляется саднением или болью в груди, за грудиной, а также мучительным сухим кашлем. Кашель отмечается примерно у 90% больных. Длительность кашля при не осложненном гриппе 5-6 дней. Возможно учащение дыхания, но характер дыхания не изменяется.

**Ларингит** (боль в горле, осиплость голоса) при гриппе сочетается с трахеитом, причем трахеит в клинической картине преобладает. У детей гриппозные ларинготрахеиты могут приводить к крупу.

Изменения в легких соотносятся с возрастом больного, а также с наличием сопутствующих сердечно-сосудистых и легочных заболеваний. При выслушивании легких могут определяться жесткое дыхание и кратковременные сухие хрипы.

Изменения со стороны сердечно-сосудистой системы при гриппе обусловлены токсическим поражением мышцы сердца. При выслушивании сердца определяется приглушенность тонов, иногда систолический шум на верхушке сердца и нарушение ритма по типу экстрасистолии. В начале заболевания, при повышении температуры тела отмечается учащение пульса, которое сопровождается побледнением кожных покровов. На 2-3 день, наряду с вялостью и разбитостью в теле, возникает урежение пульса, которое сопровождается покраснением кожи.

Изменения со стороны органов пищеварения не выражены. Нередко отмечаются снижение аппетита, ухудшается перистальтика кишечника и присоединяются запоры. Язык густо обложен белым налетом, не утолщен. Живот безболезненный. То, что известно под названием «желудочный грипп», вызывается совсем не вирусом гриппа. Кратковременное расстройство кишечника связано с обострением хронических желудочно-кишечных заболеваний.

**Изменения со стороны мочевыделительной системы.** Вирусы, выделяясь через почки, приводят к повреждению почечной ткани. Данные нарушения могут сопровождаться появлением в анализах мочи белка и элементов крови. При не осложненном течении гриппа нарушений со стороны почек и мочевого пузыря не наблюдается.



**Изменения со стороны центральной нервной системы.** Токсические реакции со стороны нервной системы могут проявляться в виде резкой головной боли, усиливающейся от других внешних раздражающих факторов. Может наблюдаться возбужденность или, наоборот, сонливость. Возможны рвота, бредовые состояния, судороги, потеря сознания, обмороки. Менингеальные симптомы отмечаются у 3% больных.

**Изменения в периферической крови** — гемоглобин и количество эритроцитов не меняются. Увеличивается количество лейкоцитов и повышается СОЭ.

Клиническая картина гриппа с учетом степени тяжести заболевания

В случае легкой (включая стертые и субклинические) формы гриппа температура тела может оставаться нормальной или повышаться не более 38° по Цельсию, симптомы токсикоза слабо выражены или отсутствуют.

При среднетяжелой (манифестной) форме гриппа температура тела повышается до 38,5-39,5° и отмечаются классические симптомы заболевания.

Интоксикация: обильное потоотделение, общая слабость, светобоязнь, головная боль, суставные и мышечные боли.

Катаральные симптомы гриппа: покраснение мягкого неба и задней стенки глотки, респираторные симптомы, покраснение конъюнктивы, поражение гортани и трахеи, сухой кашель, нарушение голоса, ринит, боли за грудиной, покраснение или синюшность и сухость слизистой полости носа и ротоглотки.

При тяжелой и крайне тяжелой форме гриппа отмечается большое количество болезненных симптомов — от обычного тяжелого течения с выраженными симптомами интоксикации и катаральными явлениями до преобладания в клинической картине наивысшей степени интоксикации, ведущей к развитию синдрома токсикоза центральной нервной системы и отеку головного мозга, поражению сердечно-сосудистой системы и развитию инфекционно-токсического шока разной степени выраженности.

При развитии тяжелой формы гриппа температура тела поднимается до 40-40,5°. Появляются признаки энцефалопатии (судороги, галлюцинации), сосудистые расстройства (носовые кровотечения) и рвота.

Возможно развитие дыхательной недостаточности, ведущей к отеку легких, и других осложнений.

При молниеносной форме гриппа возникает серьезная опасность летального исхода, особенно для ослабленных больных и больных, имеющих различные сопутствующие заболевания. Эта форма включает в себя отеки легких и головного мозга, кровотечения, развитие различной степени выраженности дыхательной недостаточности и другие серьезные осложнения.

Если же грипп протекает без осложнений, лихорадочный период продолжается 2-4 дня и болезнь заканчивается в течение 5-10 дней. Возможны повторные подъемы температуры тела, однако они обычно обусловлены наслоением какой-либо бактериальной флоры или другой вирусной респираторной инфекции. После перенесенного гриппа в течение 2-3 недель могут сохраняться явления постинфекционной астении: утомляемость, общая слабость, головная боль, раздражительность, нарушение сна и т.д.

### **Народная медицина рекомендует:**

Обильное горячее питье, каждые 1,5-2 часа, с малиной, медом, липой, ноги держать в тепле. При сильном кашле - теплое пиво с медом, а при насморке - ватные тампоны, смоченные в разведенном луковом соке, положить в уши. Отлично снимает отек носоглотки и прочищает слизистую.

Чтобы не заболеть гриппом отлично помогает имбирный чай. Имбирь натираем, смешиваем с медом и натертым лимоном. Все это в баночку. И пить чай утром и вечером. Никакая зараза не пристанет.

Самый простой рецепт от гриппа - это лук и чеснок. Принимать во внутрь в любом виде, простое и эффективное средство в борьбе с инфекциями.