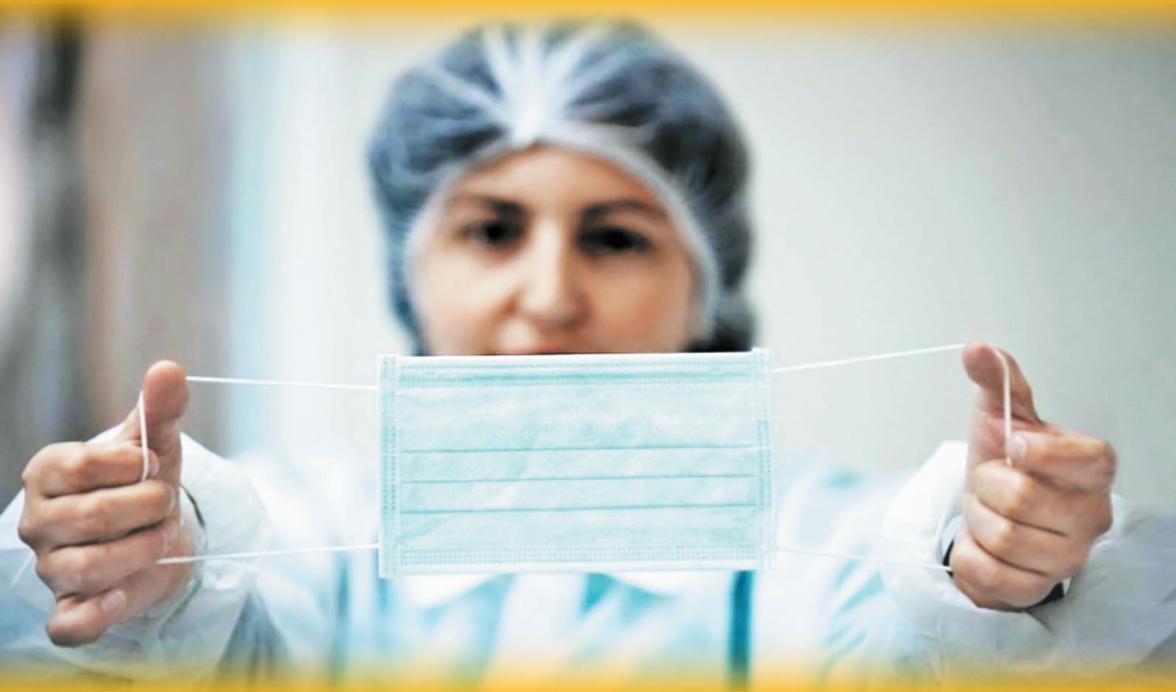


ОРВИ И ГРИПП



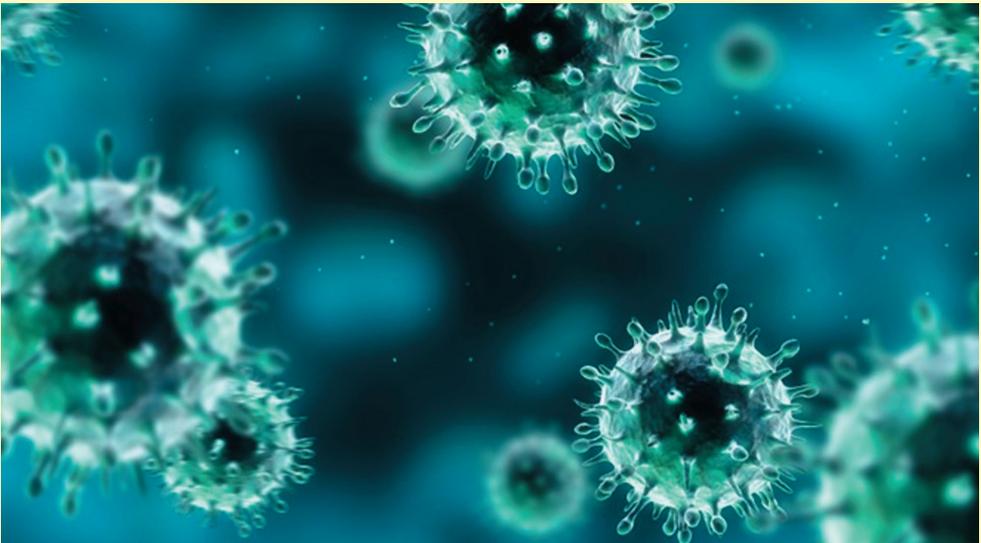


Каждый год с наступлением холодов в нашей стране резко возрастает статистика простудных заболеваний. У 15% от всех заболевших простудой диагностируют ГРИПП.

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ОРВИ

ОРВИ – острое респираторное заболевание – общее название для группы вирусов, вызывающих заболевания верхних дыхательных путей.

- Наиболее подвержены этому заболеванию дети младшего возраста и пожилые люди в следствии слабого иммунитета.
- Вирусы передаются воздушно-капельным путем, через предметы общего употребления
- После перенесенного заболевания в большинстве случаев к данному вирусу вырабатывается пожизненный устойчивый иммунитет. Однако, разновидностей вирусов очень много.



ОРВИ ИЛИ ГРИПП?

Так как эти заболевания одного вида, то и симптомы их похожи. Полезно запомнить в чем разниа между ними.

НАЧАЛО БОЛЕЗНИ ПРИ ОБЫЧНОМ ОРВИ

Состояние человека ухудшается постепенно в течение нескольких дней. Сначала першит горло, затем появляются насморк, небольшая слабость, кружится голова...

НАЧАЛО БОЛЕЗНИ ПРИ ГРИППЕ

Болезнь начинается очень быстро – человек чувствует себя абсолютно здоровым, а через час-два – у него уже тяжелое состояние. Или лег спать здоровым, а утром не в состоянии встать с кровати.

Температура при ОРВИ повышается тоже постепенно – сегодня 37.5, а завтра уже 38. При этом она редко превышает 38–38.5 градусов. Около 2–3 дней она держится на таком уровне, а потом начинает постепенно снижаться. Жаропонижающими средствами возможно ее контролировать.



Температура при ГРИППе подскакивает очень быстро – через пару часов после начала заболевания температура поднимается до 39–40 градусов. Таблетками температура почти не сбивается – снижается незначительно на короткое время. В первые же сутки температура при ГРИППе доходит до максимума.

Самочувствие при болезни зависит от уровня интоксикации.

При ОРВИ ощущается легкое недомогание, небольшое головокружение. Это особо не мешает с температурой заниматься делами и иногда даже ходить на работу.

При ГРИППе такое не возможно. Интоксикация организма достигает высокого уровня, все тело болит, ломит кости, ноют мышцы, глаза. Может болеть живот, бывает рвота, и даже галлюцинации.

При ГРИППе в основном, приходится лежать, потому что на что-то другое просто нет сил.

Выводы: если вы начинаете болеть постепенно, температура не зашкаливает, и вообще все терпимо – значит у вас, скорее всего, не грипп, а обычная простуда. А вот если вы резко «свалились», то наверняка подхватили вирус ГРИППа.



ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ ОРВИ И ГРИППЕ

Из-за слабости защитных функций организма инфекция из верхних отделов дыхательных путей в ряде случаев может с легкостью попасть в бронхи, что в свою очередь вызывает пневмонию и бронхит.

Опасность ГРИППА и простуды для людей преклонного возраста заключается еще и в том, что они обостряют хронические заболевания, которые есть практически у каждого пожилого человека, а именно – сахарный диабет, ишемическая болезнь сердца, гипертония, кроме того, вполне вероятно развитие почечной недостаточности.

Нередки случаи, когда первые признаки простудных заболеваний просто теряются на фоне основных хронических болезней, что приводит к их запущенной стадии. Из-за этого даже банальная острая респираторная инфекция характеризуется стертой картиной протекания – нет высокой температуры, а диагностировать ее можно лишь по общей слабости, повышенной сонливости, болям в мышцах и суставах, а также снижению аппетита и чувству разбитости.

ЛЕЧЕНИЕ

Для людей пожилого возраста ОРВИ особенно опасны, поэтому к их лечению стоит отнестись очень внимательно т. к. многие препараты могут негативно воздействовать на ослабленный иммунитет и органы, подверженные хроническим заболеваниям. Прежде всего, надо обеспечить заболевшему достаточный сон и сбалансированное питание. Так же ему назначают прием микроэлементов и витаминов, ведь во время болезни организм в них нуждается особенно остро.

Крайне важно своевременно задуматься о профилактике заболеваний и соблюдении здорового образа жизни.





Пожилым людям препараты для лечения ОРВИ может подобрать только врач, учитывая при этом тяжесть их состояния и наличие сопутствующих патологий. Чаще всего используются лекарства растительного происхождения, которые имеют меньше всего побочных эффектов. Людям старшего возраста, принимающим препараты для терапии хронических патологий, обычно не назначают антибиотики и сильнодействующие средства из-за высокого риска возникновения нежелательных побочных эффектов.

Правильно подобранная терапия способна предотвратить развитие тяжелых осложнений и привести к скорому выздоровлению пациента!

ЛЕЧЕБНЫЙ КУРС В САНАТОРИЯХ

- Климатолечение (благоприятные природные факторы);
- Спелеокамера/галотерапия, ингаляционная терапия;
- Термолечение (сауна, инфракрасная кабина, криосауна для укрепления иммунитета);
- Лечение на аппарате «Биоптрон»;
- Гирудотерапия, озонотерапия;
- Дозированная физическая активность (терренкур и «скандинавская ходьба», лечебная физкультура в зале и в бассейне).

Более подробную информацию о предоставляемых санаториями услугах Вы можете узнать по бесплатному номеру круглосуточной службы поддержки "РЖД - ЗДОРОВЬЕ" 8 (800) 555 2 777

ПЕРЕЧЕНЬ САНАТОРИЕВ “РЖД-ЗДОРОВЬЕ” ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДАННОЙ ГРУППЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Санаторий «Аквамарин»
353417, Краснодарский край,
г. Анапа, с. Витязево,
ул. Горького/бульвар Шардоне, 42/1

+7 (495) 797-05-84
+7 (988) 235-84-00



Санаторий «Ивушка»
354206, Краснодарский край,
г. Сочи, ул. Лучезарная, 14

+7 (495) 797-05-84
+7 (988) 235-84-00



Санаторий «Сосновый Бор»
610901, Кировская обл.,
п/о Нижнеивкино

+7 (8332) 78-18-32
+7 (8332) 78-71-91



Санаторий «Мыс Видный»

354037, Краснодарский край,
г. Сочи, ул. Новороссийское шоссе, 1

+7 (800) 77-50-100

+7 (862) 260-94-48



Санаторий «Черноморье»

354000, Краснодарский край,
г. Сочи, ул. Орджоникидзе, 27

+7 (988) 235-84-00

+7 (495) 797-05-84



Санаторий «Октябрьский»

354053, Краснодарский край,
г. Сочи, ул. Плеханова, 34 Б

+7 (862) 225-71-62

+7 (495) 215-09-91



Санаторий «Долина Нарзанов» г. Ессентуки

357600, Ставропольский край,
г. Ессентуки,
Привокзальная пл., 1а

8 (800) 200-47-07



Санаторий «Долина Нарзанов» г. Кисловодск

357700, Ставропольский край,
г. Кисловодск, ул. Урицкого, 1

+7 (988) 236-84-00

+7 (495) 797-05-84



Санаторий «Долина Нарзанов» г. Нальчик

г. Нальчик,
ул. Марко Вовочок, 4

8 800 700 05 84

+7 (495) 797-05-84



Санаторий «Долина Нарзанов» г. Железноводск

357418, Ставропольский край, г. Железноводск,
ст. Бештау, ул. Глинки, 1А

+7 (495) 797-05-84

+7 (988) 236-84-00

+7 (863) 221-25-84



Санаторий «Жемчужина Зауралья»

641871, Курганская обл.,
г. Шадринск,
ул. Крайняя, 17

8 (800) 300-59-60



Санаторий «Радон»

397909, Воронежская область, г. Лиски,
ул. Коминтерна, 61

+7 (47391) 410-86



Санаторий «Волжские Дали»

410505, Саратовская обл.,
Саратовский р-н, с. Пристанное

+7 (8452) 411-980

+7 (8452) 411-949



Санаторий «Янтарь»

238560, Калининградская обл.,
г. Светлогорск, ул. Ленина, 50

+7 (4012) 508-676

+7 (911) 460-86-76



Санаторий «Дон»

394070, Воронежская обл.,
г. Воронеж, Кленовая аллея, 6

+7 (473) 205-94-45

+7 (473) 220-31-25



Санаторий «Транссиб»
59900, Алтайский край, г. Белокуриха,
ул. Славского, 57

8 (800) 555-27-77
+7 (38577) 2-05-66



Санаторий «Зеленый Гай»
352815, Краснодарский край,
Туапсинский р-н, с. Дедеркой

+7 (928) 418-00-20
+7 (86167) 6-11-80



Санаторий «Буран»
141330, Московская обл., Сергиево-
Посадский р-н, д. Трехселище, 50

+7 (495) 971-47-07
+7 (495) 972-75-34



Санаторий «Солнечный»
353480, Краснодарский край, г. Геленжик,
с. Кабардинка, ул. Революционная 77

8 (800) 555-27-77
+7 (86141) 65-166



Благотворительный фонд «Почет» совместно с Центральной дирекцией здравоохранения ОАО «РЖД» на регулярной основе проводит для Вас встречи с врачами железнодорожных больниц и поликлиник по профилактике наиболее часто встречающихся заболеваний в старшем возрасте. На этих встречах врачи рассказывают о диагностике заболеваний, правильном питании и образе жизни, методах лечения и предотвращения обострений. Мы надеемся, что эти занятия будут для Вас полезны и помогут Вам поддерживать себя в хорошей форме. Если Вы хотите узнать тематику встреч или принять участие в занятиях, Вам необходимо обратиться в свой Совет ветеранов, где Вы состоите на учете, в Межрегиональный координационный совет ветеранов Вашей железной дороги или в Благотворительный фонд «Почет» и сообщить о своем желании. Ждем Вас на наших занятиях!

Благотворительный фонд «Почет»:

+7 (499) 262 0 262

для звонков из регионов:

8 (800) 775 22 42

Единый Контакт-центр сети учреждений здравоохранения

ОАО «РЖД» – «РЖД-Медицина»:

8 (800) 234 34 34, rzd-medicine.ru

Служба поддержки АО «РЖД-ЗДОРОВЬЕ»:

8 (800) 555 2 777