С чего начинается грипп?

Как вы уже поняли, грипп – это далеко не безобидное заболевание, особенно для ослабленного организма. К сожалению, вирус очень изменчив и поэтому человек может болеть новым видом каждый год. Тем не менее основные признаки гриппа таковы:
резкое повышение температуры до высоких цифр, ощущение озноба, ломоты, частая головная боль, слабость во всем теле и заложенность носа.
Спустя некоторое время появляется першение в горле (возможно кашель), насморк. У человека краснеют глаза, лицо. Как правило, вирус одолевает больного примерно неделю, если же человеку после этого срока лучше не становится, следует сразу же принимать более действенные меры под руководством медработника. В любом случае самолечением заниматься категорически нельзя.

Меры профилактики и лечение

Если среди ваших знакомых появляется все больше и больше больных гриппом, примите некоторые меры предосторожности: избегайте людных мест, всенародных мероприятий, старайтесь не ходить доже в поликлинику – лучше вызовите врача на дом.
Обязательно мойте руки с мылом или каким-либо дезинфицирующим средством, используйте влажные салфетки, пользуйтесь только своей посудой, мойте фрукты и овощи, проводите термическую обработку хлебо-булочных изделий (обжигайте на открытом огне или подержите некоторое время в духовом шкафу). Чаще проветривайте помещение (но без сквозняка), и делай те прививки, рекомендованные Министерством здравоохранения РФ. Если же вы все-таки заразились гриппом, обязательно соблюдайте постельный режим. Высокую температуру можно попробовать снизить при помощи холодного мокрого полотенца и льда (на лоб, в подмышечные впадины, пах, область шеи). В случае отрицательного эффекта, принимайте жаропонижающие препараты.

Помните:
при гриппе антибиотики не помогут, так как они воздействуют на бактерии, а не на вирусы!

Пусть лекарство выберет врач!