



**СПРАВОЧНЫЙ ЛИСТОК ПО ВОПРОСАМ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

Boston Public Health Commission
Бостонская комиссия по здравоохранению
Отдел по борьбе с инфекционными
заболеваниями
Communicable Disease Control Division
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 02118
Тел.: 617-534-5611 Факс: 617-534-5905

Грипп 2009 H1N1

Что такое грипп 2009 H1N1?

Пандемический грипп 2009 H1N1, известный прежде под названием «свиной грипп», представляет собой новый штамм вируса гриппа, вызывающий заболевание людей. О появлении этого особого типа гриппа H1N1 было впервые сообщено в США в апреле 2009 г., и к настоящему времени он был выявлен во многих других регионах мира. Грипп 2009 H1N1 распространяется тем же путем, вызывает те же симптомы, и лечится теми же методами, что и сезонный грипп. Основное различие между сезонным гриппом и гриппом 2009 H1N1 заключается в отсутствии у большинства людей иммунитета или защиты от гриппа 2009 H1N1. Поэтому, поскольку защита от гриппа 2009 H1N1 имеется лишь у незначительного числа людей, заболеть гриппом этого типа может больше людей.

Какие симптомы у гриппа 2009 H1N1?

Симптомы аналогичны симптомам сезонного гриппа и включают внезапное повышение температуры, кашель, боль в горле и мышцах, головную боль, озноб и общую слабость. У некоторых людей также появляется понос и рвота. Эти симптомы могут колебаться в диапазоне от умеренных до резко выраженных.

Как распространяется грипп 2009 H1N1 среди людей?

Предположительно, грипп 2009 H1N1 распространяется тем же путем, что и сезонный вирус, в том смысле, что вызывающие грипп вирусы живут в носоглотке и распыляются в воздухе, когда инфицированный человек чихает или кашляет. Находящиеся поблизости люди могут в этом случае вдыхать вирусы. Симптомы гриппа обычно начинают проявляться спустя 1 – 3 дня после вдыхания вирусов человеком. Инфицированный человек наиболее заразен за 1 день до появления симптомов, и это состояние сохраняется на протяжении периода длительностью до 4 дней после этого; однако вирус может укрываться во многих людях более долгое время, особенно в людях с ослабленным иммунитетом и в детях.

Можно ли заразиться гриппом 2009 H1N1, употребляя свинину в пищу?

Нет, грипп 2009 H1N1 не распространяется пищевым путем. Употребление в пищу продуктов из свинины, надлежащим образом подготовленных и подвергнутых тепловой обработке, является безопасным.

Существует ли вакцина от гриппа 2009 H1N1?

Вакцина для защиты от гриппа 2009 H1N1 получила одобрение Администрации США по контролю качества пищевых продуктов и лекарственных препаратов (FDA). Важно помнить, что вакцина от сезонного гриппа не защищает от гриппа 2009 H1N1. Вакцина от

гриппа 2009 H1N1 в настоящее время уже поставляется, но в ограниченном количестве. Ожидается, что поздней осенью ее количество возрастет. Вначале поставки направляются на вакцинацию людей, относимых к группе наибольшего риска, включающей беременных женщин, детей в возрасте от шести месяцев и старше, членов семьи и лиц, находящихся в контакте с младенцами до шести месяцев, взрослых с отягощающими проблемами здоровья, а также работников медицинских учреждений и служб, оказывающих неотложную медицинскую помощь. Согласно накопленной на сегодня информации по случаям заболевания гриппом 2009 H1N1, лица пожилого возраста не считаются подверженными повышенному риску заболевания гриппом 2009 H1N1.

Что делать в случае заболевания гриппом?

Как правило, заболевание гриппом длится от 3 до 7 дней. Необходимо пить много жидкости и побольше отдыхать. Для снижения температуры можно применять такие лекарственные препараты, как ацетаминофен или ибупрофен. Обязательно следуйте указаниям на упаковке указаниям в отношении возраста лица, принимающего лекарство. Не давайте аспирин детям из-за риска синдрома Рейе, редкого, но серьезного заболевания. Сосудосуживающие средства могут облегчить насморк или давление в гайморовых пазухах у взрослых и детей старше 4 лет. Поговорите со своим врачом, если симптомы носят тяжелый характер или не проходят.

Существуют ли какие-либо лекарства, которые я мог бы принимать?

Для большинства заболевших гриппом самым важным в лечении является покой, питьё жидкостей и принятие лекарства для снижения температуры. Противовирусные препараты чаще всего рекомендуются лицам с повышенным риском развития осложнений от гриппа. Эти лекарства должен прописывать врач. Они наиболее эффективны, если их прием начинается в первые 48 часов после появления симптома. Эти лекарственные препараты могут ослабить симптомы гриппа и сократить продолжительности болезни на 1-2 дня.

Как я могу содействовать предотвращению распространения гриппа?

- Прикрывайте свой нос и рот салфеткой каждый раз при кашле или чихании. Затем использованную салфетку нужно выбросить в мусорную корзину. Если салфетки у вас нет, чихать или кашлять следует в верхнюю часть рукава.
- Мойте руки с мылом, особенно после приступа кашля или чихания. Можно также воспользоваться очищающим средством для рук на спиртовой основе.
- Заболев, оставайтесь дома. Рекомендуется оставаться дома в течение суток после того, как пройдет повышенная температура (без применения жаропонижающего лекарства). *Для большинства людей это означает пребывание дома в течение не менее четырех дней; возвращение к деятельности в общественных местах до истечения этого срока может привести к передаче инфекции другим людям.* По возможности избегайте близкого контакта с заболевшими людьми.

**Дополнительную информацию можно получить в
Бостонской комиссии по здравоохранению, позвонив по
телефонной линии мэрии по вопросам здоровья
(617) 534-5050 или зайдя на вебсайт www.bphc.org**