

О профилактике парагриппа.

Роспотребнадзор напоминает, что кроме привычного нам вируса гриппа сегодня продолжают циркулировать другие возбудители острых респираторных вирусных инфекций не гриппозной этиологии, среди которых нередко встречается вирус парагриппа.

Парагрипп – острая респираторная вирусная инфекция, характеризующаяся поражением дыхательных путей, преимущественно гортани.

Возбудитель инфекции – вирусы парагриппа человека, среди которых выделяют четыре типа. Каждый из них имеет свои особенности строения, распространения и несколько отличается по вызываемой симптоматике. Все типы вируса парагриппа могут вызывать острую инфекцию верхних и нижних дыхательных путей, чаще всего – острый ларингит – воспаление гортани с осиплостью голоса и сухим кашлем.

Особенности 4 основных типа вирусов парагриппа:

- Вирус парагриппа человека типа 1 HPIV-1 – наиболее распространенный, у детей часто вызывает ложный круп. Круп – затруднение дыхания вследствие сужения просвета гортани в результате ее воспаления, часто встречающееся у детей в возрасте от 6 месяцев до 6 лет из-за особенностей строения дыхательных путей. Данный тип вируса ответственен за большинство случаев ларингита, а у детей раннего и дошкольного возраста – ложного крупа в осенне-зимний период.

- Вирус парагриппа человека типа 2 HPIV-2 – вызывает ларингит, ложный круп и другие заболевания верхних и нижних дыхательных путей (насморк, фарингит, а также бронхит и пневмонию).

- Вирус парагриппа человека типа 3 HPIV-3 – вызывает ларингит, ложный круп, нередко – развитие бронхоолита и пневмонии.

- Вирус парагриппа человека типа 4 HPIV-4 – включает в себя подтипы 4a и 4b – встречается и распознается гораздо реже, может вызывать, помимо ларингита, различные по тяжести и локализации поражения дыхательных путей.

Человек любого возраста может заразиться вирусом парагриппа любого типа. Симптомы парагриппа похожи на симптомы других острых респираторных вирусных инфекций. Большинство изначально здоровых людей, инфицированных вирусом парагриппа, выздоравливают без специального лечения, часто инфекция протекает в легкой форме. Тем не менее, человек с ослабленной иммунной системой подвержен риску развития опасных для жизни осложнений: в первую очередь, пневмонии. Для детей раннего возраста опасность представляют еще ложный круп и бронхоолит. Случаи смерти от них регистрируются редко, но не исключены полностью.

Как передается инфекция?

Наиболее часто заражение парагриппом происходит при общении с больным человеком. Заболевание передается чаще всего воздушно-капельным путем, как правило, во время чихания и кашля.

Вирус парагриппа может выжить на твердой поверхности до 10 часов. Можно заразиться дотронувшись до загрязненной вирусом поверхности руками, а затем прикоснувшись к носу или рту.

Инфицированный вирусом парагриппа человек наиболее заразен на ранней стадии болезни.

Каковы симптомы заболевания?

Симптомы инфекции появляются, как правило, спустя 2-7 дней.

Общие симптомы инфекции, вызванной всеми четырьмя типами вирусов парагриппа, схожи с симптомами остальных острых респираторных вирусных инфекций:

- лихорадка, как правило, не выше 38°C;
- ломота в теле;
- слабость;
- кашель;

- насморк, заложенность носа;
- боль в области груди;
- першение, боли в горле;
- затрудненное дыхание.

У детей заболевание протекает тяжелее, чем у взрослых.

Чаще всего симптомы парагриппа не опасны для здоровых взрослых. Однако, осиплость голоса и сухой кашель, при отсутствии лечения, могут беспокоить в течение 2 недель и больше. Заболевание может быть опасно для жизни младенцев, пожилых или лиц с иммунодефицитными состояниями.

При тяжелом течении парагриппа возможны:

- ложный круп – сужение просвета гортани вследствие отёчности и воспаления голосовых связок;
- обструктивный бронхит -воспалительное заболевание нижних дыхательных путей с сужением просвета бронхов;
- бронхолит - воспаление в самых нижних отделах дыхательных путей – бронхиолах;
- пневмония (воспаление ткани легких).

Лечение заболевания, как правило, комплексное, включающее симптоматические патогенетические и, при необходимости, - противовирусные средства. Схема терапии назначается врачом. Помните о том, что при вирусной инфекции антибиотики неэффективны.

Как снизить риск заражения вирусом парагриппа?

Профилактика парагриппа, так же как гриппа и других острых респираторных вирусных инфекций, заключается в соблюдении правил личной гигиены:

- регулярно мойте руки с мылом,
- используйте антисептические средства гигиены рук в случае отсутствия возможности вымыть руки,
- избегайте касания глаз, носа или рта,
- регулярно проветривайте помещения и чаще проводите влажную уборку,
- проводите дезинфекцию поверхностей, которые могут содержать вирусы,
- исключите тесные контакты с инфицированными людьми,
- избегайте посещения мест массового скопления людей,
- используйте медицинскую маску в местах скопления людей, а также при контакте с инфицированными людьми,
- ведите здоровый образ жизни.

Когда обратиться к врачу?

При любых симптомах острой респираторной инфекции следует сразу обратиться к врачу.