**Будьте внимательны! ОРВИ и грипп!**

***Профилактика и лечение ОРВИ и гриппа***

Простудные заболевания (ОРВИ, ОРЗ) и грипп – это инфекционные заболевания, которые вызываются вирусами. Они отличаются друг от друга симптомами.

При ОРВИ заболеваниях поражаются главным образом нос и глотка. К симптомам этих заболеваний можно отнести *насморк, слезящиеся глаза, слабость, головную боль, боли в горле и иногда легкий кашель*. ОРВИ продолжаются в большинстве случаев от 5 до 10 дней. Лечение таких заболеваний на ранней стадии приводит к ослаблению симптомов и способствует быстрому выздоровлению.

При гриппозных инфекциях поражаются не только дыхательные пути, но и весь организм. Заболевание возникает внезапно. Это высокая температура, сопровождающаяся сильным озноба. Кроме того, появляются головная боль, боли в суставах, мышцах и спине, чувство разбитости, ломота во всем теле, сильная слабость. Воспаление горла, охриплость и сухой кашель, заложенность носа отмечаются не всегда. Острые симптомы наблюдаются чаще всего в течение недели. Остаточные явления – слабость, упадок сил могут сохраняться еще несколько недель.

Грипп ослабляет организм и снижает сопротивляемость к другим болезням. Это воспаление среднего уха, синусит или пневмонию.

Источником распространения вирусов при ОРВИ и гриппе является больной человек. Основной путь передачи – *воздушно-капельный*. После исчезновения острых симптомов переболевший человек в течение недели продолжает выделять вирусы и представляет опасность для окружающих.

В основе предрасположенности к простудным заболеваниям и гриппу лежит ослабление собственных защитных сил организма.

Особенно тщательно следует выполнять все меры предосторожности в отношении детей:

    нельзя пускать детей в семьи, где есть больные гриппом;

    в осенне-зимний период при повышении заболеваемости не следует водить детей в места большого скопления людей;

    при малейших признаках заболевания ребенка гриппом не ведите его в детское учреждение, в школу, не допускайте его общения с другими детьми.

Ни в коем случае не лечите ребенка самостоятельно! Грипп – серьезное заболевание, и только врач может назначить необходимое лечение, указать правильную дозировку и продолжительность приема лекарства.