



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

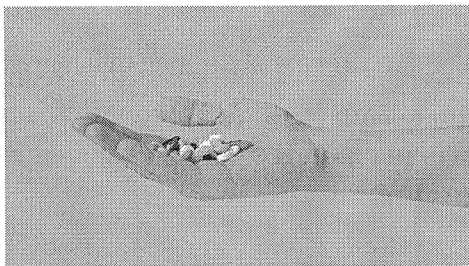
**Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области  
в городе Асбест и Белоярском районе»**

им. А. П. Ладыженского ул., д. 17, г. Асбест, Свердловская область, 624269  
Тел./Факс: 8 (34365) 2-48-18, E-mail: mail\_03@66.rospotrebnadzor.ru

Исх. №66-20-003/17- 4 -2022  
от 10.01.2023г.

В СМИ,  
сайт Администрации ГО,  
Руководителям юридических лиц, индивидуальным  
предпринимателям  
гражданам

### Грипп и самолечение



Самолечение гриппа, да и любой другой инфекции опасно! Большинство заболевших, не обращаясь к врачу, принимают лекарства основываясь на собственном опыте, советах знакомых, доверяя рекламе, фармацевту или лечатся теми препаратами, которые есть в аптечке «от живота», «от простуды», «от нервов».

Самолечение не всегда эффективно, и всегда опасно - назначая себе лечение, вы не учитываете ряд нюансов. Дозировка препарата подбирается индивидуально, врачу необходимо знать возраст пациента, вес, сопутствующие заболевания. Принимать лекарство надо в правильной дозировке через определенные интервалы времени, чтобы избежать передозировки и побочных эффектов. До начала лечения, часто нужно провести анализ крови, мочи или другие исследования.

Самостоятельный приём лекарственных препаратов, БАД или трав может привести к аллергической реакции вплоть до отёка Квинке или анафилактического шока. А может и к другим поражениям, так парацетамол - это, лекарство, есть у каждого в домашней аптечке. Помогает от боли, снижает температуру. Но выпив пакетик «от простуды», добавив таблетку парацетамола от температуры, вы превысили дозировку выпитого препарата. Парацетамол - при превышении дозировки токсичен и может привести к токсическому поражению печени.

**Только врач даст рекомендации какие препараты, в какой дозировке принимать и с какими препаратами чередовать. Внимательно читайте этикетку и инструкцию к препарату.**

Грипп не лечится антибиотиками - при первых симптомах гриппа и любой вирусной инфекции антибиотики не назначаются.

Растирания (обтирания) опасны для детей - у ребёнка жар, температура не падает или снижается очень медленно? Многие родители уверены, что можно его растирать водкой, одеколоном, уксусом, этот способ может привести к химическому ожогу тонкой и нежной кожи ребенка.

Ещё один минус самолечения - запоздалая диагностика. При таком подходе велика вероятность более тяжёлого, длительного лечения и восстановления после болезни. А грипп опасен именно своими осложнениями.

Грипп – серьёзная инфекция, опасность которой – осложнения гриппа могут развиваться даже у здорового человека, но особенно вероятны у людей из групп риска. Присоединение вторичной инфекции, например, развитие пневмонии, отита, синусита требует немедленного назначения дополнительного лечения и врачебного контроля, что невозможно сделать самостоятельно.

Особое внимание уделяется младенцам, беременным женщинам, людям с хроническими заболеваниями, онкологическим больным, пожилым людям - чаще подвержены осложнениям и нуждаются в госпитализации. Если вы входите в группу риска - не начинайте лечение без согласования с лечащим врачом.

**Если вы чувствуете симптомы вирусной инфекции, держитесь температура - обратитесь к врачу, не экспериментируйте с самостоятельным лечением.**

В целях предупреждения заболевания гриппом и ОРВИ необходимо также соблюдать ряд правил.

В период эпидемиологического неблагополучия по гриппу и ОРВИ не рекомендуется посещение массовых зрелищных мероприятий, мест массового скопления людей (магазины, общественный транспорт и т.п.) или хотя бы, по возможности, сократить время пребывания в таких местах;

В общественных местах не следует пренебрегать средствами индивидуальной защиты органов дыхания – масками.

Необходимо избегать общения с лицами с признаками заболевания ОРВИ (насморк, чихание, кашель, повышенная температура тела);

Укреплению иммунной системы способствует полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, занятия физкультурой, пребывание на свежем воздухе. При пребывании на улице необходимо одеваться в соответствии с погодными условиями, чтобы избежать как переохлаждения, так и перегревания. Особенно это касается детей, которых некоторые родители любят укутывать сверх меры;

Старайтесь избегать переутомления и стрессовых ситуаций.

Главный врач Асбестовского филиала ФБУЗ  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области



Е.В.Гилева