

Простуда или грипп: есть ли разница?

Очень важно понять, простуда у Вас или грипп, потому что у гриппа бывают серьезные осложнения – вплоть до летального исхода. Лучше приступить к лечению гриппа в первые 48 часов после появления клинических симптомов. Прием противовирусных препаратов сократит продолжительность заболевания.

Грипп: начало острое и внезапное

Симптомы гриппа появляются внезапно и быстро нарастают. Классические симптомы гриппа – боль в горле, жар, головная боль, мышечная боль, другие виды боли, кашель. Для простуды характерна заложенность носа.



А вдруг это свиной грипп?

У свиного гриппа и обычного сезонного гриппа много общих симптомов: кашель, боль в горле, жар (бывает не у всех), различные виды боли. У многих людей свиной грипп сопровождается расстройствами желудочно-кишечного тракта (рвота и диарея).

Высокая температура: обычно означает грипп

Для большинства больных простудой жар не характерен, температура повышается незначительно. При гриппе температура превышает 38°C.

У детей температура обычно выше, в том числе и при простуде.

Грипп: слабость длится неделями

При гриппе вы чувствуете слабость и разбитость во всем теле. Эта слабость может длиться до трех недель и даже дольше (особенно у пожилых людей и людей с хроническими заболеваниями и ослабленным иммунитетом). При простуде плохое самочувствие длится всего несколько дней.



Головная боль

Головная боль не обязательно означает грипп, так как возникает и во время простуды. Однако при простуде она не такая тяжелая, как при гриппе.

Кашель: симптом обоих заболеваний

И простуда, и грипп являются вирусными инфекциями, проникающими в организм воздушно-капельным путем; оба заболевания могут сопровождаться кашлем.

Пневмония – инфекционное воспаление легких, является осложнением гриппа. Обратитесь к врачу, если дыхание затруднено, в груди при кашле возникает боль и отхаркивается мокрота желто-зеленого цвета или с прожилками крови.

Простуда: часто начинается с больного горла

В большинстве случаев простуда начинается с боли в горле и болезненного глотания, симптомы длятся около двух дней. Другой характерный признак –

заложенность носа. Боль в горле встречается и при гриппе, но сопровождается слабостью и другими симптомами, нарастающими одновременно.

Заложенный нос: обычно означает простуду



Если у Вас заложен нос, то наверняка речь идет о простуде. Но если насморк сопровождается высокой температурой, сильной болью и упадком сил, то можно заподозрить грипп.

И простуда, и грипп могут привести к синуситу. Синусит сопровождается постоянной сильной болью в области щек, лба или переносицы. Обычно боль усиливается при резких движениях головы. Синусит требует врачебного вмешательства.

Грипп: не медлите с противовирусным лечением

Грипп может протекать тяжело. Но если Вы начнете принимать противовирусные препараты в течение первых 48 часов, продолжительность и тяжесть заболевания уменьшится.

Простуда: безрецептурные препараты облегчают симптомы

Безрецептурные препараты помогут облегчить отдельные симптомы – заложенность носа, кашель, головную боль и боль в горле.

Обязательно читайте инструкции по применению препаратов! Многие лекарства от кашля или простуды содержат одни и те же действующие вещества; возможна передозировка определенного компонента. Соблюдайте осторожность.

Мойте руки, чтобы предотвратить распространение вируса. Тщательно растирайте руки в течение 20 секунд, используя мыло и теплую воду. Не забывайте вымыть промежутки между пальцами и участки под ногтями. Вытирайте ладони насухо. В качестве альтернативы подойдет спиртосодержащее дезинфицирующее средство для рук.

Мойте руки чаще, особенно в осенне-весенний период. Если под рукой нет платка, чихайте или кашляйте в локоть.

Профилактика гриппа: вакцинация

Сделайте прививку от гриппа. Вакцина состоит из ослабленных штаммов вируса, чтобы организм научился противостоять инфекции.

Прививки особенно важны для детей до шести месяцев, беременных женщин, лиц старше 50 лет и людей с хроническими заболеваниями и ослабленным иммунитетом.

Существует два вида вакцин: от сезонного гриппа и от свиного гриппа. За дополнительной информацией обращайтесь к врачу.