



## Грипп у пожилых людей, дело не шуточное!

**Грипп** у людей пожилого возраста вызывает наибольшее количество осложнений, и лечить его довольно трудно, поскольку иммунная система людей после 60 лет заметно ослаблена. Чем отличается грипп у людей пожилого возраста от гриппа у людей других возрастных категорий?

### **Особенности гриппа у пожилых людей**

У пожилых людей уже значительно слабее проявляется кашлевой рефлекс. Поэтому их органы дыхания повреждаются больше, чем у молодых людей. К

тому же, пожилым людям вследствие низкой сопротивляемости организма инфекциям намного сложнее бороться с гриппом и его последствиями, чем молодым людям и даже маленьким детям.

У людей старше 60 лет намного чаще развивается пневмония, бронхит и тонзиллит, чем у более молодых людей. А у тех, кому уже исполнилось 85 лет, риск возникновения гриппа с осложнениями заметно повышается – они занимают первое место по опасности осложнений после этого

заболевания, а на втором месте – люди старше 75 лет. Третье место по опасности возникновения осложнений после гриппа – у детей до четырех лет.

### Как проявляется грипп у людей пожилого возраста?

Грипп проявляется примерно так же, как и у остальных людей, но пожилым людям переносить грипп намного сложнее – организм уже не служит им так же верно, как раньше, работа многих органов, в том числе и иммунных, частично нарушена.

### Симптомы гриппа у пожилых людей

- Высокая температура
- Общее ослабление всего организма
- Озноб
- Головная и мышечная боль
- Повышенная утомляемость
- Плохой сон, часто – бессонница, человек просыпается разбитым, с головной болью
- Сильная усталость, которая длится до трех недель
- Давление в груди, кашель, насморк
- Сухость в горле и носу
- Трудности с дыханием
- К этим симптомам могут присоединиться рвота и диарея.



### Осложнения после гриппа у людей пожилого возраста

Эти осложнения могут проявляться не сразу, но от этого переносить их не менее тяжело. Иногда в особо сложных случаях имеют место сразу несколько осложнений, например, бронхит и ангина. Также могут обостриться симптомы давних хронических заболеваний, которые раньше беспокоили человека и теперь возобновились после или с наступлением гриппа.

- Обезвоживание всего организма
- Ангины разных видов
- Пневмония
- Бронхит
- Трахеит
- Ларингит
- Ринит
- Ухудшение работы почек, сердца и сосудов

Если у пожилого человека наблюдаются признаки обострения или переносить грипп стало очень сложно, нужно обратиться к врачу немедленно. Это может спасти жизнь человека.



### **Как правильно лечить грипп у пожилых людей?**

*Лечение гриппа у людей пожилого возраста не ограничивается только аптечными препаратами. Для устранения обезвоживания и ликвидации токсинов нужно пить побольше теплой жидкости (но не газированной). Это могут быть компоты, отвары, чаи, минералка без газа, морсы.*

*Кроме того, нужно поберечь себя от стрессов – для ослабленного организма они губительны, к тому же, подрывают работу нервной и иммунной системы.*

*В пожилом возрасте почти все люди принимают какие-нибудь лекарства. Поэтому нужно позаботиться о том, чтобы эти лекарства нормально сочетались с препаратами для профилактики гриппа или для его лечения. Такой совет даст вам только лечащий врач.*

*Грипп у пожилых людей можно предотвратить, если они будут тщательно заботиться о своем здоровье. Но если вы уже заболели, немедленно обратитесь к врачу,*

*потому что в этом случае время решает все.*

### **Как предотвратить грипп у пожилых людей?**

*Если молодому человеку, неделю переболев, можно без труда справиться с гриппом. То для пожилого человека это заболевание может быть смертельным. Либо с ним достаточно трудно справиться. Каждый день наших родных очень ценен для нас, и мы не хотим, чтобы они страдали. Поэтому очень важно помочь пожилым людям уберечься от гриппа.*

### **Лучший способ защиты от гриппа – ежегодная вакцинация**

*Как показывает практика, прививки, которые правильно подобраны и сделаны в правильное время и должным образом, снижают риск заболеваемости гриппом на 80%. Как показывают исследования, прививки у пожилых людей способны снизить смертность из-за гриппа почти в 90% случаев, а возможность госпитализации – до 70%. Это очень большие цифры. За ними – много человеческих жизней.*

*Желательно провести пневмококковую вакцинацию, а также ввести вакцину от сезонного гриппа. Их можно делать одновременно, если человек в это время не страдает от каких-либо заболеваний в острой форме. Лучшее время для вакцинации – до*

начала возникновения ежегодных эпидемий гриппа, октябрь-ноябрь.

Но если человек не успел это этого срока, ничего страшного. Можно ввести ему вакцину от гриппа и позже. Если он не заражен вирусом, инкубационный период которого составляет от одних до

пяти суток, вакцина сделает доброе дело. На протяжении всего года пожилой человек гриппом не заболевает. Вакцина вступает в силу, как правило, через две недели после ее введения.

Прививочная кампания в Камчатском крае набирает обороты. Не стоит забывать, что **вакцинопрофилактика** остается главным способом борьбы с гриппом. Это самый эффективный метод защиты от заражения и тяжелого течения гриппа.

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!!!**