

Ежегодно два с половиной миллиона москвичей болеют так называемым ОРЗ или ОРВИ. Когда в больничном листе ставят диагноз ОРЗ - не успокаивайтесь: это вирусное заболевание! Жертв гриппа не более трех процентов из этих простудившихся. Разновидностей вирусов гриппа очень много. А последствия любого инфекционного заболевания могут быть самыми тяжелыми - осложнения на сердечно-сосудистую систему, почки, печень. Поэтому в преддверии сезонных вспышек ОРЗ и гриппа нужно серьезно отнестись к своему здоровью, подготовиться к сражению с вирусом.

Об эволюции инфекций и защите от них рассказывает главный инфекционист Москвы, главный врач инфекционной больницы № 1 Николай Александрович МАЛЫШЕВ.

**Николай Александрович, конечно, всех нас волнует вопрос, как противостоять вирусам и бактериям. Но ведь у всех инфекционных заболеваний своя история, эволюция. Было время, когда люди не болели гриппом, а умирали от оспы, брюшного тифа...**

- Два-три столетия назад оказались очень распространены инфекции, которые передавались бактериями. Это туберкулез, чума, страшнее которой трудно что-либо представить. В родильных домах масса женщин умирали от родильной горячки. Но вирусы не терялись. В прошлые века во время войн гораздо больше людей погибали от инфекционных заболеваний, чем от боевых ран. Так происходило во время Первой мировой войны. В древние века войны прекращались просто потому, что некому было воевать. Воинов косили эпидемии.

**- О каких заболеваниях можно сказать, что медики не знают, как их лечить?**

- До сих пор неизлечимо бешенство. Но в основном - любое заболевание можно лечить. Вопрос только - как. Можно воздействовать на сам возбудитель. Любое инфекционное заболевание циклично, и важно спрогнозировать каждый цикл. Есть симптоматическое лечение. То есть медики снимают какие-то симптомы. Важно пронаблюдать пациента в первые двое суток. Если температура тела превышает 38,5 - она сама по себе разрушительна. С ней надо бороться. Можно

и с помощью обычного аспирина. Если температура меньше, то она является адекватной реакцией организма на вторжение вируса или бактерии. Поэтому не стоит убирать симптомы с помощью жаропонижающих средств.

Грипп опасен своими осложнениями. Часто он переходит в пневмонию.

**- Ожидается ли в нынешний осенне-зимний сезон вспышка гриппа?**

- Ждать напасти надо в любое время, чтобы находиться в боевой готовности. Пандемии гриппа случаются с определенной цикличностью. Примерно раз в двадцать - двадцать пять лет. Такой пандемии уже давно не случилось. И поэтому нужно быть начеку. В этом году, например, заболевших гриппом уже оказалось больше в полтора раза, чем в прошлом. Прогнозы - это большая и сложная работа. Вместе с медиками

над их составлением трудятся математики. Но в результате получается, что если они печальны и оправданы - плохо, если нет - тоже за это спасибо не скажут. Но лучше в таких случаях, как говорится, перестраховаться... В этом году возможна серьезная вспышка.

Нынешней осенью начат новый виток профилактики ОРВИ и гриппа. Для массовой профилактики Департаментом здравоохранения закуплен лекарственный препарат витамин на сумму 28 миллионов 500 тысяч рублей.

Бесплатно вакцинироваться будут дети, посещающие ясли и детские сады, начиная с шестимесячного возраста; воспитанники домов ребенка, сиротских и коррекционных образовательных учреждений, кадетских школ; учащиеся 1-7-х классов общеобразовательных школ; лица из групп высокого риска в силу неблагоприятных для них последствий заболевания гриппом (люди преклонного возраста, страдающие соматическими заболеваниями); лица из группы повышенного риска (меди-

цинский персонал лечебно-профилактических учреждений, воспитатели и преподаватели образовательных учреждений).

Закуплена вакцина гриппол за счет Департамента здравоохранения (14 миллионов рублей) и префектур административных округов (13 миллионов 300 тысяч рублей). Таким образом, в активе 350 тысяч доз противогриппозной вакцины.

Жители Москвы, не включенные в перечисленные контингенты, по желанию могут привиться от гриппа как в государственных, так и в негосударственных лечебных учреждениях. В столице зарегистрировано 126 коммерческих поликлиник, имеющих лицензию Департамента здравоохранения на проведение вакцинации.

**- С гриппом разобрались. А как эволюционировал за последние годы гепатит?**

- Раньше все гепатиты объединялись под названием болезнь Боткина. Теперь известны несколько разновидностей этого заболевания - гепатит А, так называемая болезнь грязных рук, гепатит В, который передается через кровь, далее выявили гепатит С, против которого, к сожалению, до сих пор нет вакцины. Тенденция такова, что выявляются новые вирусы гепатита. С другой стороны, заболеваемость острыми, самыми распространенными гепатитами - А и В, ежегодно снижается за счет вакцинации, профилактики.

**- Есть инфекции экзотические - лихорадки, туляремия, тиф, холера... Насколько часто и в какой форме они проявляются в Москве?**

- Очаги таких болезней в Москве являются редко. Недавно с трудом удалось спасти женщину с тяжелой формой геморрагической лихорадки. Было несколько случаев тропической малярии! А чему удивляться? Сейчас масса людей выбирает местом отдыха экзотические страны. Сошли с трапа самолета, а с ними и комарики малярийные приземлились. Случается, что из аэропорта незадачливые туристы прямоком

отправляются в инфекционные больницы. По-прежнему остается опасной дифтерия. Пока еще периодически наблюдаются сезонные вспышки этой болезни, и есть смертельные случаи. Потому что далеко не все следуют советам медиков делать прививки. Небольшая вспышка туляремии этим летом зафиксирована

в восточных и юго-восточных районах Подмосквы. Эту болезнь разносят крысы и грызуны. Желудочно-кишечные инфекции, как правило, связаны напрямую с некачественными продуктами. Так, в Москве была сильная вспышка туляремии из-за молока,

которое поставлялось с севера Подмосквы в сыром виде. А потребители игнорировали термическую обработку. Рекомендую покупать продукты в супермаркетах, там риск подцепить какую-нибудь гадость минимален. На наших рынках, и особенно в лотках, распропагандированы так называемые пришеельцы-бизнесмены из южных республик. Хотя и Департамент здравоохранения, и санэпидслужба Москвы держат под контролем качество пищи, продуктов на рынках и в уличных кафе, все-таки не советую там отовариваться и питаться. Уже было немало случаев, когда приходилось владельцев подобных заведений лишать лицензий. Многие люди, когда едут на дачу, то покупают деревенские продукты, которые вдоль дороги разложены: творожок, мясо, сало, молоко. Между тем какой-нибудь неадекватный человек может мясо и сосиски, и сосиски, а то еще и более рискованное подсолнечное. Поэтому категорически рекомендую не останавливаться у подобных стихийных рынков. Там только цветочки можно купить, а вот петрушка с укропчиком могут вас наградить глистами...

**- В случае эпидемии, какова готовность московских медиков к обороне?**

- У нас три инфекционные больницы. Есть инфекционный сектор в Боткинской больнице. Не могу сказать, что нам не хватает койкомест, специалистов или препаратов. Наши больницы все нагрузки выдерживают. Очень беспокоят нас редкие случаи холеры, брюшного тифа. Иной раз из-за одного такого больного приходится объявлять карантин.

...Что касается ОРВИ и гриппа... Советую всем не уповать на авось, а сделать прививки.

## ГРИПП ВЫШЕЛ НА ОХОТУ

**МС-СПРАВКА**  
За время эпидемиологического сезона 2004-2005 гг. в Москве было привито более миллиона человек, что составило 10 процентов от общей численности населения столицы.

**МС-СПРАВКА**  
Известны три самые губительные пандемии гриппа - в 1918, 1957 и 1968 году. Они унесли миллионы жизней в разных странах мира.

## ПОМОГИ СЕБЕ САМ

**Симптомы гриппа:** резкое повышение температуры - до 39-40 градусов. Сильный озноб, потливость. Головная боль, головокружение. Сухой кашель, боли за грудиной.

Чтобы не заболеть, укрепляйте свою иммунную систему движением, свежим воздухом и пищей, богатой витаминами. Если вы все же заразились гриппом, в первые дни надо употреблять больше жидкости (горячего чая, травяных напитков, фруктовых соков). Не забудьте регулярно принимать витамин С. Он содержится в шиповнике, черной смородине, сладком и остром перце, лимонах, апельсинах, но особенно много его в плодах шиповника.

## БАЦИЛЛЫ - РЯДОМ С НАМИ

Многие люди считают, что животные являются главными виновниками распространения инфекционных болезней. Это заблуждение. Чтобы не стать жертвой какой-либо инфекции, надо просто соблюдать определенные правила гигиены и хотя бы немного знать, какие именно болезни и как могут передаваться от животного человеку, насколько они опасны и распространены. Об этом рассказывает профессор Московской ветеринарной академии, специалист кафедры эпизоотологии Нусрат МАСИМОВ.

Среди заболеваний, передающихся от животных человеку, наиболее распространен так называемый стригущий лишай (по-научному - микроспория, трихофития или парша). Причиной заражения становятся чаще всего не бродячие четвероногие, которых так любят приласкать на улице дети, а домашние питомцы: кошки, собаки, декоративные крысы и хомячки. Для того чтобы заразиться, порой бывает достаточно попадания грибка на оголенный участок кожи, и необязательно с шерсти больного животного. Грибок можно прихватить, вовсе не соприкасаясь с животными, а дотронувшись до предмета, на котором он оказался. Симптомы стригущего лишая: на

покрытых волосами участках тела появляются красные бляшки, шелушится кожа, волосы расщепляются и выпадают.

Следующее заболевание - лептоспироз, или болезнь грязной воды. Ее возбудители в первую очередь поражают печень, могут вызывать язвочки в ротовой полости. Если болезнь не обнаружена сразу, она может нанести непоправимый вред организму и даже создать угрозу жизни. На сегодняшний день в столице заражено 56 человек. Основные разносчики инфекции - обыкновенные городские крысы, численность которых, по проведенным подсчетам, равна одной десятой населения столицы, то бишь более чем одному миллиону.

**- Но, простите, каким образом человек, который, скажем, тщательно моет руки, может заразиться от крысы, гладить которых он уж явно не будет?**

- Распространяется лептоспироз с испражнениями животных. Люди искупались в городском пруду, вымыли в нем руки или попили воды из не очень благонадежного источника, забыв о том, что эти места могут служить туалетом для живущих поблизости крыс. При лептоспирозе, в отличие от других заболеваний, бактерии могут не только продолжительное время сохраняться в загрязненной воде, но и размножаться в ней. Попадая в организм человека через ротовую полость или половые органы, они продолжают свою жизнедеятельность в нем.

**- Какие болезни, переносчиками которых являются животные, особенно опасны для человека?**

- Прежде всего бешенство. В нашей стране по сравнению с большинством других европейских стран это заболевание «прочивает». Только за первое полугодие 2005 года зафиксировано более 400 случаев заражения данной вирусной инфекцией, жертвой ее стали не только животные,



ФОТО АНДРЕЯ НИКЕРИЧЕВА

и люди. И хотя Москву эта беда обошла стороной, что скорее всего связано с повсеместной профилактической вакцинацией животных, особо обольщаться не стоит. Заражение происходило не так далеко от Москвы, в Ногинском районе.

Бешенство - чуть ли не единственная инфекционная болезнь со 100-процентным летальным исходом. Спасение - немедленная вакцинация человека после укуса зараженного животного. Многие зависят от места поражения, а также от количества ран. К примеру, если у человека их много в области головы, шанса выжить практически нет. Заражение бешенством от собаки, которой сделана прививка, тоже не исключено, так как иммунитет вырабатывается только у 90-95 процентов животных.

Не менее распространенным, чем бешенство, являются туберкулез и бруцеллез. Как показывает

практика, чаще всего заражение происходит через выпитое человеком молоко больной коровы, что более характерно для сельской местности. Там продукты, как правило, проходят менее тщательную термическую обработку. Но и столичный житель может натолкнуться на такое молоко на сельскохозяйственных рынках.

**- Знаю, есть болезни, которые внешне не заметны у братьев наших меньших, зато после заражения проявляются у людей.**

- Одной из самых распространенных здесь является токсоплазмоз, который также попадает из организма животных во внешний мир через их испражнения. Особенно опасен он для беременных женщин, так как может стать причиной выкидыша. К передающимся таким же путем заболеваниям относятся хламидиоз (болезнь половых органов), который у зараженных кошек обычно не проявляется.

Существует еще немало болезней, которые переходят к человеку от четвероногих. Некоторые из них, в основном кожные, не до конца изучены, а чтобы заразиться ими, опять же необязателен прямой контакт с животным. Можно принести болезнетворные бактерии или грибки домой на руках, на обуви, на верхней одежде или получить их из-за невнимания к качеству продуктов. «Помогут» здесь и ранки или ссадины на руках, которые обычно всегда имеются у людей, работающих на производстве.

Что же касается домашних питомцев, то безопасность существования с ними в одной квартире напрямую зависит от хозяина. Сегодня разработано немало шампуней, спреев, ополаскивателей, позволяющих без особого ущерба для здоровья животных держать их шерсть в чистоте и проводить необходимую дезинфекцию.

**СТАРИЙ БКАРЬ** **НОВАЯ АПТЕКА**  
м. "Выхино"

Ул. Хлобыстова, д. 26, стр. 2

Режим работы:  
ежедневно с 8.00 до 21.00  
Суббота, воскресенье с 9.00 до 21.00

Срок действия скидки до 1 ноября

**Тел.: 967-72-46**

**5%**