На прошедшей неделе в Республике Алтай зарегистрировано 1140 обращений за медицинской помощью в связи с признаками ОРВИ (5 неделя – 855), в том числе 614 среди детей (5 неделя – 345). Случаев гриппа не зарегистрировано. 74 пациентам выставлен диагноз «внебольничная пневмония», летальных исходов не зафиксировано. В 42 случаях установлено, что причинами пневмонии стала коронавирусная инфекция.

За сухими цифрами статистики скрывается не только сам факт заболевания ОРВИ, но и их последствия в случае своевременного или несвоевременного обращения к врачу, или самолечения.

Коронавирусная пандемия внесла свои коррективы в отношение к этим болезням – сейчас при возникновении признаков ОРВИ за медицинской помощью обращаются чаще и быстрее. Но до сих пор ОРВИ и грипп в представлении многих считаются «безобидной простудой», не требующих пристального врачебного внимания.

На что опираются большинство людей, занимающихся самолечением? Большинство заболевших 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». При этом самодиагноз под сомнение не ставится. Но действительно ли это просто простуда?

Провести дифференциальную диагностику коронавируса, гриппа, других вирусных инфекций и неинфекционных заболеваний, определить тяжесть течения болезни и необходимый объём медицинской помощи может только врач. Существует множество болезней, клиническая картина которых схожа, но лечение требуется абсолютно разное.

Самолечение не всегда эффективно, и всегда опасно. 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.

Например, присутствующий в каждой домашней аптечке парацетамол может быть передозирован из-за приёма большого количества «противопростудных» препаратов. Парацетамол в чистом виде или в составе препаратов от простуды при превышении дозировки токсичен. Увеличение дозировки или длительный прием этого препарата может привести к токсическому поражению печени, изменению картины крови, кровотечению.

При неснижаемой температуре только врач даст рекомендации какие препараты, в какой дозировке принимать и с какими препаратами чередовать. Внимательно читайте этикетку и инструкцию к препарату.

Многие родители уверены, что можно растирать (обтирать) температурящего малыша водкой, одеколоном, уксусом. Но при этом забывают, что кожа взрослого человека и ребёнка сильно различается по толщине и чувствительности. Указанный способ снижения температуры может привести к химическому ожогу тонкой и нежной кожи ребенка, поэтому нежелателен и опасен для детей.

Грипп не лечится антибиотиками. Об этом медицинское сообщество говорило и говорит неоднократно. Однако мнение о том, что при гриппе и ОРВИ нужно обязательно принимать антибиотики, «на всякий случай», достаточно трудно искореняется.

При первых симптомах гриппа и любой вирусной инфекции антибиотики не назначаются. Антибиотики - антибактериальные препараты, которые эффективны против бактерий. Возбудитель гриппа и других ОРВИ – вирус. Антибиотики на вирусы не действуют и назначаются только при бактериальных осложнениях, например при развитии пневмонии. Необоснованный приём антибиотиков может привести к развитию устойчивости микроорганизмов к препарату. Ведь антибиотики различаются по антимикробному действию, и препарат эффективный против одной бактериальной инфекции, может быть бесполезным против другой. Кроме того, неконтролируемый приём антибиотиков может вызвать дисбактериоз, лечить который и ощущать его последствия приходится длительное время.

Ещё один минус самолечения - запоздалая диагностика. Лечиться самостоятельно, а к врачу обратиться только если стало совсем плохо - плохая практика. При таком подходе велика вероятность более тяжёлого, длительного лечения и восстановления после болезни. А ОРВИ и, особенно, грипп опасны именно своими осложнениями. Осложнения могут развиться 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. Особенно опасно развитие пневмонии. На территории Республики Алтай по итогам 2020 года отмечена неблагоприятная эпидемиологическая ситуация по заболеваемости внебольничными пневмониями, в 3,5 раза выше среднемноголетней заболеваемости, преимущественно за счет вирусных пневмоний. Более половины среди выявленных заболевших граждан обратились за медицинской помощью позднее 3-7го дня заболевания. Регистрируются случаи смерти от внебольничной пневмонии на дому, диагноз выставляется посмертно. Умерли в результате заболевания внебольничной пневмонией 147 человек.

Грипп, как и другие ОРВИ, в большинстве случаев лечится в домашних условиях, но под наблюдением врача. Особое внимание уделяется младенцам, беременным женщинам, людям с хроническими заболеваниями, онкологическим больным, пожилым людям. Они 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, держится температура, с которой сложно справиться - обратитесь к врачу, не экспериментируйте с самостоятельным лечением.