Грипп: симптомы и лечение в домашних условиях

Ежегодно только в России до 42 миллионов человек болеют гриппом. Медицинская статистика относит [болезнь грипп](http://безгриппа.рф/gripp/) к числу самых распространенных инфекционных заболеваний в мире. Считается, что каждый житель Земли хотя бы однажды в жизни переболел гриппом.

При отсутствии осложнений многие лечат грипп в домашних условиях. Необходимо вовремя распознать этот коварный недуг и принять меры для скорейшего выздоровления.

**Признаки гриппа**

Инкубационный период после заражения гриппом составляет от 1 до 5 суток. Грипп, как правило, начинается внезапно, на фоне полного благополучия, и его развернутая клиническая картина формируется в течение 12-48 часов.

**Первые видимые признаки гриппа это**:

* Головная и суставная боль,
* Слабость,
* Ощущение «ломоты» во всем теле,
* Резкое повышение температуры тела до 38-39 градусов и выше,
* Слезотечение и покраснение глаз,
* Тошнота,
* Озноб и лихорадочное состояние,
* Светобоязнь.

Зачастую, первые симптомы гриппа дополняются насморком, болью и першением в горле, сухим раздирающим кашлем.

**Чем лечить грипп в домашних условиях**

Облегчить состояние заболевшего человека и помочь в лечении гриппа в домашних условиях могут следующие общепринятые меры:

* Проветривание помещения. Чтобы больному гриппом, было легче дышать, а концентрация вирусов в воздухе снижалась необходимо проветривать его комнату не реже 1 раза в 2 часа, по возможности, в отсутствие больного.
* Влажная уборка. Влажная уборка поможет избавиться от вирусов гриппа, осевших на различных поверхностях в помещении.
* Увлажнение воздуха. При гриппе слизистая оболочка носоглотки воспалена и суха, а дыхание затруднено. Увлажнение воздуха поможет снизить интенсивность дискомфорта при дыхании. Для увлажнения воздуха в комнате больного гриппом оптимально использовать современные приборы-увлажнители, распыляющие в воздух большое количество мелкодисперсных капель воды. Если же такого прибора нет, поможет обычное махровое полотенце. Его нужно хорошо намочить, отжать и поместить либо на батарею (в отопительный сезон), либо возле кровати больного.
* Обильное питье. Обильное и частое питье помогает механически «вымывать» из организма продукты жизнедеятельности болезнетворных вирусов (токсины), что позволяет улучшить общее состояние человека и вылечить грипп. Токсины при этом выходят из организма с мочой и потом. Для питья при гриппе хорошо подходят морсы, отвар шиповника, минеральная вода без газа или некрепкий чай с лимоном. Питье нужно давать больному комфортной теплой температуры.

А для того чтобы исключить семейную эпидемию гриппа важно выделить заболевшему человеку отдельную посуду и по возможности не входить в его комнату. Полезно также разложить в квартире очищенные и разрезанные дольки чеснока ― природного антимикробного средства, богатого фитонцидами.

Не стоит забывать, что поставить диагноз грипп, определить симптомы и лечение со 100% достоверностью и надежностью может определить только врач.

**Эффективные методы лечения гриппа**

В лечении гриппа можно выделить три основных направления, или метода.

Методы лечения гриппа - это симптоматическая терапия, общеукрепляющие меры и борьба с возбудителями заболевания.

**Как лечить симптомы гриппа?** Как правило, в качестве симптоматических средств используют жаропонижающие препараты, сосудосуживающие капли для носа, различные растворимые лекарства, призванные смягчить боль в горле. Для борьбы с явлениями общей интоксикации могут использоваться и антигистаминные средства ― ведь продукты жизнедеятельности вирусов способны вызывать недружественную аллергическую реакцию, ухудшая состояние человека.

Общеукрепляющая терапия при гриппе включает прием витаминов, в первую очередь аскорбиновой кислоты.

Для борьбы с возбудителями гриппа необходимы специальные лекарственные препараты.

**Быстрое лечение гриппа**

Эффективное и быстрое лечение гриппа в домашних условиях возможно с российским противовирусным препаратом  Кагоцел.

Эффективность и безопасность Кагоцела обеспечили ему, начиная с 2010 года, внесение в государственный «Перечень жизненно необходимых и важнейших лекарственных препаратов», а также рекомендации Министерства здравоохранения России для профилактики и лечения средних и даже тяжелых форм гриппа.

Действие Кагоцела основано на **активизации иммунной системы человека** и повышении количества интерферонов, вырабатываемых в организме. Количество интерферонов в крови человека уже после однократного приема Кагоцела остается физиологически необходимым для борьбы с вирусами на протяжении 4-5 дней. Интерфероны обладают высокой противовирусной активностью, они затрудняют размножение вируса гриппа и сокращают его жизненный цикл, приближая выздоровление.

Кагоцел рекомендован к применению у взрослых и детей начиная с 3 лет, и не снижает своей эффективности даже при позднем ― до 4 дня с момента появления признаков гриппа ― начале применения.