

Беседа с врачом

✘ 27 ноября 2019 года в студенческом общежитии № 2 состоялась беседа за «круглым столом» с врачом высшей категории Тулагановой Марамат Корабоевнаой на тему «Профилактика гриппа». Каждый должен понимать, что грипп - это болезнь, и принимать профилактические меры. Грипп — это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих. Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьёзнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов. При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений: лёгочные осложнения (пневмония, бронхит), осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит), осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит), осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма. Кроме этого, рекомендуется обильное питьё — это может быть горячий чай, клюквенный или брусничный морс, щелочные минеральные воды. Пить нужно чаще и как можно больше. Помещение, где находится больной, необходимо регулярно проветривать и как можно чаще проводить там влажную уборку.

Самое эффективное средство в профилактике гриппа - вакцинация. Рекомендуется повышать защитные силы организма: заниматься физической культурой, правильно питаться, своевременно и достаточно отдыхать, принимать витаминно-минеральные комплексы. Следует помнить, что соблюдение всех мер профилактики защитит от заболеваний гриппом и его неблагоприятных последствий.

Информация воспитателя, педагога и психолога Дилором Сагдуллаевой.

Руководитель пресс-службы института Рахимбой Джуманиязов.