

ОРВИ — описание, симптомы, причины, лечение и профилактика

ОРВИ

Сегодня мы рассмотрим с вами такое заболевание, как ОРВИ, а также его симптомы, причины, и профилактику. Кроме того, разберем, чем ОРВИ отличается от ОРЗ и простуды. Итак...

Что такое ОРВИ?

ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция) – заболевание дыхательных путей, причиной которого является попадание в организм вирусной инфекции. Среди возбудителей, наиболее частыми являются – вирусы гриппа, парагриппа, аденовирусы и риновирусы.



В зону поражения ОРВИ входят — нос, околоносовые пазухи, горло, гортань, трахея, бронхи, легкие. Под «прицелом» также находится конъюнктива (слизистая оболочка глаза).

Заболевание ОРВИ является одним из самых распространенных инфекционных болезней. Больше всего ней болеют дети, посещающие детский сад, школу – до 10 раз в год. Это обусловлено еще не сформировавшимся иммунитетом, близком контакте друг с другом, отсутствие знаний и/или нежелание соблюдать превентивные меры во избежание заражения. Другими группами, входящими в зону риска являются студенты, учителя, офисные сотрудники, медработники и другие. Однако взрослые обычно меньше болеют острыми респираторными заболеваниями вирусной этиологии, что связано со сформировавшейся иммунной системой, а также ее стойкостью к данным заболеваниям из-за других перенесенных болезней. Однако, даже если взрослый человек не восприимчив к развитию данной инфекции в организме, и у него отсутствуют явные признаки заболевания, он может являться просто носителем инфекции, заражая всех вокруг себя.

Острая респираторная вирусная инфекция имеет сезонность. Так, больше всего случаев заболеваемости отмечены в период с сентября—октября по март—апрель, что связано с гиповитаминозами, а также прохладной и влажной погодой.

Как передается ОРВИ?

ОРВИ передается преимущественно воздушно-капельным путем (при чихании, кашле, близком разговоре), однако возможно заражение при прямом контакте с возбудителем (поцелуи, рукопожатия и дальнейший контакт рук с ротовой полостью) или контакте с предметами носителя инфекции (посуда, одежда). Когда человек подхватывает инфекцию, он сразу же становится ее носителем. При первых же признаках ОРВИ (общее недомогание, слабость, насморк) – больной начинает заражать всех, кто его окружает. Как правило, первый удар берут на себя родные, рабочий коллектив, люди в транспорте. Именно этим обусловлена рекомендация – при первых признаках ОРВИ, больному оставаться дома, а здоровым людям, если СМИ сообщают о вспышке

данного заболевания, избегать пребывания в местах большого скопления людей (общественный транспорт, праздничные собрания на улице и т.д.).

Инкубационный период и развитие ОРВИ

Во время контакта человека с инфекцией, вирус в начале оседает на слизистой оболочке верхних дыхательных путей (нос, носоглотка, рот), своей потенциальной жертвы. Далее инфекция начинает выделять токсины, которые всасываются в кровеносную систему и разносятся кровью по всему организму. Когда у пациента поднимается температура тела, это свидетельствует о том, что инфекция уже попала в кровеносную систему и включились защитные функции организма, т.к. повышенная температура фактически уничтожает вирус и производные ним токсины.

Инкубационный период острой респираторной вирусной инфекции составляет около 2 дней, т.е. от попадания вируса на слизистую и до появления первых симптомов заболевания. В это время человек может ощущать легкое недомогание, раздражительность. Далее, по мере заражения симптоматика усиливается.

После перенесенной болезни иммунитет не вырабатывает стойкость к ОРВИ, что обусловлено с большим количеством различных вирусов и их штаммами. Более того, вирусы подвержены мутации. Это приводит к тому, что взрослый человек может болеть ОРВИ до 4 раз в год.

Чем отличаются ОРВИ, ОРЗ и простуда?

У многих людей существует множество неточностей и неясностей по этому вопросу, поэтому, коротко пробежимся по теме, и узнаем, чем отличаются данные термины.

ОРВИ – заболевание вирусной этиологии, т.е. причина болезни – вирусная инфекция.

ОРЗ (острое респираторное заболевание) — собирательное название инфекционных заболеваний дыхательных путей. Применяется в случае, если точная причина болезни органов дыхания не установлена, т.е. причиной может быть как вирус, так и бактерия. В группу ОРЗ заболеваний входят – ОРВИ, грипп, парагрипп и др.

Простуда – разговорный термин, подразумевающий под собой ОРВИ-заболевания.

Симптомы ОРВИ

Начало ОРВИ характеризуется такими симптомами, как заложенность носа, насморк, зуд в носу, чихание и покраснение глаз. При этом выделяемый слизистый секрет жидкий и прозрачный.

Через сутки секрет становится вязким и густым, а его цвет приобретает желтоватый или зеленоватый оттенки. Температура тела начинает подниматься до 37,5-38 °С, что свидетельствует о начале борьбы иммунной системы с инфекцией.

Среди других признаков ОРВИ различают:

першение и боль в горле, его покраснение и кашель;

слезоточивость, боль в глазах;

общая слабость, недомогание;

увеличение лимфатических узлов;

отсутствие аппетита;

бессонница;

головная боль;

ломота в суставах;

повышенная потливость;

озноб.

ОРВИ у маленьких детей может сопровождаться:

диареей (понос);

потерей веса;

беспокойством, частым плачем;

нежеланием кушать;

бессонницей;

повышенной температурой.

Осложнения ОРВИ

Если при ОРВИ не принять необходимых мер по его лечению, могут развиваться осложнения, которые выражаются в развитии следующих болезней и состояний:

Менингит;

Отит;

Ларингит;

Трахеит;

Пневмония;

Синусит;

Гайморит;

Конъюнктивит;

Коронавирусная инфекция COVID-19;

Ячмень;

Неврит;

Заболевания сердца;

Обострение других хронических болезней.

Причины ОРВИ

Причины ОРВИ Первым фактором, который приводит к заболеванию ОРВИ, как уже и отмечалось выше, является попадание в организм вирусной инфекции – вирусы гриппа (типы А, В, С), парагриппа, аденовирусы, риновирусы, реовирусы, респираторно-синцитиальный вирус (РСВ), энтеровирусы (Коксаки), коронавирусы и другие. Многие из них погибают при высыхании, дезинфекции, ультрафиолетовом облучении, такие инфекции, как — аденовирусы и реовирусы, способны пребывать в помещении в течение длительного времени, не поддаваясь обычным профилактическим мероприятиям.



Вторым фактором, который приводит к развитию ОРВИ – ослабленный иммунитет, который выполняет защитные функции организма от тех самых инфекций.

Иммунная система ослабляется в основном из-за:

некачественного питания — недостаток в пище витаминов и микроэлементов, а также употребление малополезной и вредной пищи;

переохлаждения организма;

стрессов, которые пагубно воздействуют на иммунитет не меньше, чем переохлаждение организма;

хронических заболеваний, таких как – сахарный диабет, язва, бронхит, пневмония и др.;

обильного приема различных лекарственных препаратов;

неблагоприятная экологическая обстановка в месте проживания или работы.

Профилактика ОРВИ включает в себя следующие рекомендации:

- при оглашении эпидемии в Вашем районе проживания носите маски;
- не допускайте переохлаждения организма;
- питайтесь преимущественно здоровой пищей, обогащенной витаминами и минералами, особенно осенью, зимой и весной;
- старайтесь в это же время употреблять в пищу природные антибиотики, такие как – чеснок и лук;
- чаще проветривайте жилое и рабочее помещение;

- если в доме есть больной ОРВИ, тогда выделите ему для отдельного пользования столовые предметы (вилки, ложки, посуду), постель, полотенца, а также дезинфицируйте ежедневно дверные ручки и другие предметы, с которыми контактирует пациент;
- соблюдайте правила личной гигиены;
- проходите вакцинацию, но не бесплатными препаратами, а дорогостоящими и проверенными вакцинами;
- закаляйте свой организм;
- старайтесь больше двигаться;
- откажитесь от курения;
- если Вы во время эпидемии часто бываете в местах большого скопления людей, по приходу домой делайте промывание носовых проходов слабо соляным раствором;
- избегайте мест большого скопления людей, если на то нет необходимости.