

Грипу - ні!

З настанням холодної пори року величезна кількість людей з тривогою очікує, чи почнеться епідемія грипу і наскільки небезпечним буде захворювання на цей раз.

Всесвітня організація охорони здоров'я оцінює, що від трьох до п'яти мільйонів людей по всьому світу серйозно потерпає від грипу. Щорічно від грипу вмирає від 250 тисяч до півмільйона осіб.

Грип 2017 в Україні набирає обертів і вони зовсім невтішні. Єдиною розрадою для багатьох є те, що в останні роки грип успішно лікується. Створено чимало засобів, покликаних боротися з недугою, і якщо лікуватися правильно, то хвороба відступить і особливих наслідків не викличе.

Саме тому працівники Соснівської бібліотеки і вирішили розглянути цю тему докладніше, запросивши на інформаційну годину «Скажемо грипу – ні» лікаря-терапевта Жанну Володимирівну Мельник.

Країну захопив новий східний штамм грипу, який носить тривожну назву « Гонконг». Цей вірус вважається досить небезпечним не тільки через свої симптоми, але і тому, що надійного захисту від нього в нашій країні просто немає. Жанна Володимирівна розповіла, що насправді вірус А чи «Гонконг»- не новий. Він уже відвідував нас два роки тому. Його небезпека полягає в тому, що він може спричинити серйозні ускладнення — пневмонію, бронхіт, хвороби серцево-судинної системи, ендокринних органів, нервової системи.

Новий сплеск захворювання за даними МОЗ України очікується на лютий-березень. Жанна Володимирівна наголосила на особливій увазі до цього захворювання, яке, зазвичай, виникає гостро і раптово. Хворого лихоманить. Швидко підвищується температура, з'являються головний біль, кашель, нежить, біль у м'язах, загальна слабкість організму. Щоб не провокувати ускладнення хвороби і не наражати інших людей на небезпеку, яка може виявитися для деяких з них смертельною, при появі перших симптомів грипу хвора людина повинна обов'язково звернутися за медичною допомогою. А ще варто дотримуватися ряду правил, щоб уникнути цього небезпечного захворювання: уникати скупчення людей під час сезону грипу, регулярно провітрювати приміщення і робити вологе прибирання, повноцінно харчуватися, уникати перевтоми. Але найефективнішим засобом для захисту організму від вірусів грипу є вакцинація.

Пам'ятайте, щороку грип вбиває тисячі людей, ще десятки тисяч мають різні ускладнення. Проте грипу можна запобігти, дотримуючись простих правил гігієни та методів профілактики. Бережіть себе. Ми бажаємо всім здоров'я!

**Ірина КОВАЛЬЧУК,
бібліотекар Соснівської бібліотеки.**