

Что подразумевает человек, говоря о простуде? Появление симптомов в виде заложенности носа, боли в горле после переохлаждения. Однако переохлаждение — всего лишь триггер, а заболевание вызывают микроорганизмы, наиболее часто бактерии или вирусы.

Инфекций дыхательных путей огромное множество. Существует объединяющее их всех понятие: острые респираторные инфекции (ОРИ). Подробнее о них расскажем в статье.

Ежегодно возбудители ОРИ вызывают эпидемии в осенне-зимний период во всем мире.

По данным Роспотребнадзора, лидер по экономической значимости среди инфекционной патологии — острые инфекции верхних дыхательных путей множественной и неуточненной локализации.

Острыми респираторными инфекциями чаще болеют дети. Они вносят основной вклад в заболеваемость ОРИ.

Источник острых респираторных инфекций – больной человек или носитель.

У всех ОРИ один ведущий путь передачи — воздушно-капельный. Таким образом, респираторные инфекции легко передаются от человека к человеку при разговоре, кашле и чихании, а иногда и просто при дыхании.

Ведущий путь передачи острых респираторных инфекций — воздушно-капельный.

Дополнительный путь передачи — контактно-бытовой. Он реализуется во время непосредственного контакта с инфицированным человеком, а также через поверхности и предметы, на которых находятся патогенные микроорганизмы. В этом случае

возбудитель обычно попадает на руки здорового человека, а затем, благодаря привычке трогать лицо и нос грязными руками, достигает слизистой оболочки верхних дыхательных путей.

Заражение ОРИ возможно контактно-бытовым путем.

Острые респираторные заболевания без дополнительных методов диагностики трудно отличить друг от друга. Они имеют схожую клиническую картину. Важно ли их различать и понимать, какой микроорганизм (вирусы или бактерии) является причиной заболевания?

Конечно! В зависимости от микроорганизма будет определяться тактика лечения.

Своевременно начатое лечение предупреждает развитие осложнений.

В преддверии осенне-зимнего сезона расскажем о наиболее распространенных возбудителях острых респираторных инфекций.

### Грипп

Грипп вызывает вирус семейства *Orthomyxoviridae*. Известно 3 серотипа вируса гриппа – А, В, С.

Грипп продолжает оставаться одной из серьезных проблем здравоохранения во всех странах мира. Болезнь распространена повсеместно и может проявляться в виде единичных случаев заболевания, вспышек, эпидемий и даже пандемий.

Для нашей страны характерен эпидемический подъем заболеваемости гриппом с ноября

по март.

Болезнь начинается остро. Основные симптомы — повышение температуры тела до 38-40 °С, головная боль, слабость, боль в мышцах и суставах, насморк и кашель.

Подвержены тяжелому течению гриппа маленькие дети, люди с хроническими заболеваниями, избыточной массой тела, беременные, пожилые.

Грипп опасен осложнениями, такими как пневмония, синусит, отит, миокардит и перикардит, менингит.

### **Риновирусная инфекция**

Возбудитель риновирусной инфекции - вирус семейства *Picornaviridae*. На сегодняшний день известно о существовании более 100 видов риновирусов.

Риновирусы — наиболее распространенная причина инфекций верхних дыхательных путей, которым подвержены люди всех возрастов.

Основные симптомы: ринит (заложенность носа, обильное отделяемое), нарушение обоняния и вкуса, повышение температуры тела, головная боль.

К осложнениям риновирусной инфекции, обусловленным присоединением бактериальной флоры, относятся отиты, воспаление придаточных пазух носа (синуситы), пневмония.

### **Аденовирусная инфекция**

Вызывают аденовирусную инфекцию вирусы семейства *Adenoviridae*. Их насчитывают более 80 видов.

Аденовирусная инфекция, помимо ранее описанных классических путей передачи, может также передаваться через воду, пищевые продукты, а также при купании в водоемах и бассейнах.

Аденовирус поражает слизистые оболочки дыхательных путей, вызывая ринит, фарингит. Нередко увеличиваются лимфатические узлы и появляется конъюнктивит. Также возможно поражение желудочно-кишечного тракта, сопровождающееся болями в животе, рвотой, диареей.

Дети и лица молодого возраста чаще болеют аденовирусной инфекцией.

Течение заболевания благоприятное, обычно протекает без осложнений, а симптомы проходят через несколько дней.

### **Коронавирусная инфекция**

Последний новый вид коронавируса SARS-CoV-2 получил широкое распространение во всем мире, в связи с чем ВОЗ объявила о начале пандемии COVID-19 в 2020 году. Но это далеко не единственный представитель семейства *Coronaviridae*.

Симптомы коронавирусной инфекции схожи с другими респираторными инфекциями: повышение температуры тела, кашель, одышка, слабость, ощущение заложенности в грудной клетке. Грозным осложнением является пневмония.

Тяжелое течение заболевания и риск осложнений выше у лиц с хроническими

заболеваниями, в том числе с заболеваниями бронхолегочной системы, сердечно-сосудистыми заболеваниями, сахарным диабетом и ожирением, а также у людей старше 60 лет.

### Пневмококковая инфекция

Возбудитель — бактерия *Streptococcus pneumoniae* («пневмококк»).

Эта бактерия может поражать практически все органы, вызывая отиты, синуситы, конъюнктивиты, бронхит, пневмонию, менингит, сепсис.

Симптомы пневмококковой инфекции зависят от локализации возбудителя. Начальные симптомы, как и при других дыхательных инфекциях — внезапный подъем температуры, озноб, кашель, одышка.

Подвержены тяжелому течению пневмококковой инфекции дети первых двух лет жизни и взрослые в возрасте от 60 лет, страдающие хроническими заболеваниями легких. Именно у этих групп чаще развиваются осложнения: пневмония, сепсис, эндокардит, менингит, артрит.

### Гемофильная инфекция

Возбудитель - бактерия *Haemophilus influenzae* (гемофильная палочка).

Заболевание начинается с заложенности носа, боли в горле, конъюнктивита. В случае генерализации инфекции гемофильная палочка становится причиной развития пневмонии, септицемии, эпиглоттита, септического артрита, остеомиелита, миокардита, менингита.

Летальность вследствие гнойного менингита достигает 16-20% (даже при своевременной диагностике и правильном лечении!).

Поражает гемофильная инфекция преимущественно детей до пяти лет. Зачастую именно у них протекает тяжело с поражением верхних дыхательных путей, нервной системы, развитием пневмонии.

### **Как защитится от острых респираторных инфекций?**

Действенный метод защиты от инфекций, передающихся воздушно-капельным путем – создание специфического иммунитета путем вакцинации.

Сегодня с помощью вакцин мы можем предупредить заболевание гриппом, коронавирусной, пневмококковой и гемофильной инфекций.

Вакцинация проводится в соответствии с Приказом Минздрава России от 06.12.2021 N 1122н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок».

Лучшим способом защиты от инфекций является вакцинопрофилактика.

Для предупреждения заболевания ОРИ также используйте неспецифические методы профилактики.

- Мойте руки или используйте антисептики для обработки рук перед едой и после посещения общественных мест.
- Не трогайте грязными руками лицо.
- Обращайтесь за медицинской помощью в случае возникновения симптомов ОРИ.
- Используйте маски или респираторы в общественных местах.
- Исключайте контакты с заболевшими любой инфекцией.

- Соблюдайте социальную дистанцию при посещении общественных мест.
- Соблюдайте респираторный этикет: чихайте и кашляйте в салфетку или локтевой сгиб.

В случае, если вы все же заболели, не занимайтесь самолечением, а обратитесь к врачу. Это убережет вас от тяжелого течения заболевания и развития осложнений.