**Свиной грипп 2022-2023: симптомы, чем опасен, как лечить.**

Впервые вирус свиного гриппа (H1N1) был открыт в 1930 году в [США](https://ria.ru/location_United_States/), долгое время он встречался только среди свиней [Северной Америке](https://ria.ru/location_North_America/), однако спустя несколько лет стали появляться единичные случаи заражения работников ферм и ветеринаров, тесно контактировавших со свиньями. Причиной передачи свиного гриппа человеку стал серотип А (H1N1), который возник в результате скрещивания генетического материала четырех вирусов: человека, птиц и двух свиных вирусов Евразийской и Североамериканской линий. Первая серьезная эпидемия свиного гриппа началась в 2009 году, именно тогда вирус появился в [России](https://ria.ru/location_rossiyskaya-federatsiya/).

Свиной грипп - высокозаразная, остро протекающая болезнь, характеризующаяся внезапным началом, быстрым охватом большого количества людей, резко выраженной лихорадкой и поражением органов дыхания. К основным симптомам относятся выраженная интоксикация организма, сухой надсадный кашель. Особенностью H1N1 врачи называют присутствие у больного тошноты, рвоты и диареи.

Причиной заражения инфекцией является попадание вируса на слизистые оболочки дыхательных путей. Наиболее подвержены заболеванию люди с ослабленным иммунитетом, поэтому наиболее часто эпидемии возникают именно в холодное время года, когда иммунная защита организма снижена.

У взрослых вирус опасен из-за нестойкости иммунитета человека к вирусам гриппа в целом. Иммунитет сохраняется крайне непродолжительное время, и риск повторного заражения существует даже в пределах одного эпидемиологического периода - одного сезона. Особенно этот риск высок у людей с хроническими заболеваниями, детей и пожилых граждан. Большинство взрослых переносит болезнь в среднетяжелой форме, но велика вероятность развития осложнений.

В группу риска по заражению гриппом свиней входят дети, посещающие организованные коллективы (школу, детский сад, кружки и секции), особенно быстро заболевают малыши до 5 лет из-за особенностей иммунитета. У детей инфекция протекает с выраженными симптомами интоксикации (головной болью, ломотой в мышцах и костях, светобоязнью, апатией и сонливостью) и высокой температурой, которая слабо поддается снижению. Не всегда свиной грипп начинается с катаральных признаков, сначала могут быть только проявления интоксикации, а в некоторых случаях заболевание начинается с желудочно-кишечных расстройств.

Основной проблемой свиного гриппа H1N1 является его высокая контагиозность - заразность. Как и любой другой респираторный вирус, он передается воздушно-капельным путем. Возможен и контактный путь передачи: в случае соприкосновения с загрязненными поверхностями, где находятся мелкодисперсные частицы после чихания и кашля больного. Заражение на улице маловероятно, если только больной не чихнет человеку прямо в лицо, а вот в транспорте, магазине, очереди, там, где плохая вентиляция и теснота, скорее всего.

Симптомы, признаки типичные для гриппа: лихорадка более 38,5°С, слабость, озноб, боли в мышцах, суставах, часто головные боли и болезненность при движении глазами. Может быть сухой кашель, заложенность носа. Дети становятся вялыми, сонливыми, часто плачут, капризничают, при высокой температуре может быть рвота. Что крайне важно для всех: при свином гриппе часто возникает вирусная пневмония с одышкой, синюшностью кожи, губ, крыльев носа, может быть кашель с кровью. При малейшем подозрении на это грозное состояние нужно обратиться к врачу. Вирус гриппа H1N1 “любит” сосуды, отсюда - высокая вероятность кровотечений, например, может появляться сыпь, напоминающая синяки, различного размера, от точки до нескольких сантиметров.

В случае свиного гриппа выраженность симптомов значительно выше по сравнению с другими типами вирусов гриппа. При этом клинически отличить вирус свиного гриппа от гриппа других типов невозможно. Крайне затруднительно отличить свиной грипп и от инфекции COVID-19, так как схожесть симптоматики очевидна. Для точного определения диагноза необходимо максимально оперативно обратиться к врачу и выполнить экспресс-тесты как на грипп, так и на коронавирусную инфекцию.

Для того, чтобы установить тип вируса, необходимо взять мазок со слизистой носоглотки и провести ПЦР-тест. Это исследование проводят не во всех случаях, оно актуально для пациентов из групп риска, чтобы спрогнозировать и предотвратить осложнения. Для постановки диагноза необходим осмотр врача, который на основе жалоб заболевшего и его состояния может назначить дополнительные лабораторные и инструментальные исследования: общий, биохимический анализы крови, коагулограмму; ПЦР и бакпосев мокроты для выявления присоединенной бактериальной инфекции; рентген и КТ легких; ЭКГ сердца; МРТ головного мозга.

При свином гриппе характерно быстрое появление осложнений: развитие вирусной пневмонии, осложнения со стороны ЛОР-органов (ринит, отит, трахеит), сердечно-сосудистой (миокардит, перикардит) и нервной систем (менингит, энцефалит, невралгии), высока вероятность серьезного обострения хронических заболеваний.

Лечение обязательно согласуется с врачом. Есть противовирусные препараты на основе осельтамивира и занамивира, они более эффективны при начале приёма в первые три дня болезни. Также можно принимать жаропонижающие (детям аспирин нельзя) типа парацетамола или ибупрофена. Можно пользоваться сосудосуживающими каплями в нос, не более 3-5 дней, рассасывать леденцы, если болит горло. Важно обильное питье, хорошо подходят вода, чай, сок, кисель, компот, морс. Больному лучше носить маску дома, есть из отдельной посуды в разное время с семьёй.

Самая эффективная мера профилактики свиного гриппа - вакцинация. Рекомендуется прививаться с октября по декабрь за месяц-полтора до вспышки заболевания. Особенно это важно для людей из групп риска, детей и медицинских работников. Лучше любая вакцина, чем её отсутствие. Но лучше отдать предпочтение тем, которые содержат четыре штамма вируса (четырехвалентные).

Отличие свиного гриппа от других ОРВИ

Обычные ОРВИ, как правило, сопровождаются в первую очередь катаральными признаками (насморком, кашлем, болью в горле), а затем симптомами интоксикации (отравления организма продуктами жизнедеятельности вируса и следствием гиперактивации иммунной системы): головная, мышечная, костная боль, слабость, лихорадка. Любой грипп, в том числе и свиной, протекает гораздо тяжелее, он в первую очередь поражает бронхи и трахею, в то время как остальные ОРВИ чаще всего останавливаются на воспалении верхних дыхательных путей. Кроме того, при гриппе признаки интоксикации всегда более заметно выражены, часто они выступают на первый план, а местные в виде насморка и кашля могут и отсутствовать. Это связано с тем, что пораженные вирусом клетки массово гибнут, а токсины, вызванные некрозом, поражают нервные волокна и стенки сосудов.

Для профилактики свиного гриппа необходимо придерживаться общих правил защиты от респираторных вирусов: использовать маски, избегать людных мест при повышенной эпидемиологической напряженности, обязательно прививаться. При появлении первых симптомов нужно обратиться к врачу, а также просить коллег не посещать офис при плохом самочувствии, чтобы они не создавали опасность для окружающих.

Эксперты советуют реже посещать людные места, не прикасаться руками к глазам, носу и рту, чаще проветривать помещение, а также стараться избегать поездок в страны, где зарегистрированы случаи заражения.