

Классный час в 6б классе

**«Это важно знать!»
(грипп: симптомы,
профилактика).**

Учитель биологии
МОУ СОШ №50 г.Твери
Кузьмина Елена Викторовна

На всем протяжении своего существования человечество сталкивалось с угрозой глобальных эпидемий: оспа, чума, дизентерия, туберкулез. Но не стоит забывать, что «королем» всех эпидемий является ГРИПП.



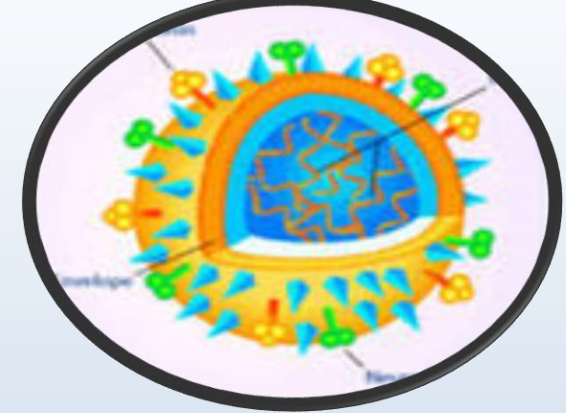


ОСТОРОЖНО!
ГРИПП!



"У меня печальный вид -
Голова моя болит,
Я чихаю, я охрип.
Что такое?
Это - грипп!"

С.В. Михалков



Грипп:

- острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа;
- входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ);

Распространение

- К гриппу восприимчивы все возрастные категории людей.
- Источником инфекции является больной человек с явной или стёртой формой болезни, выделяющий вирус с кашлем, чиханием и т. д.
- Больной заразен с первых часов заболевания и до 3 – 5-х суток болезни.



Распространение

Характеризуется аэрозольным (вдыхание мельчайших капель слюны, слизи, которые содержат вирус гриппа) механизмом передачи и чрезвычайно быстрым распространением в виде эпидемий и пандемий.



Пути передачи вируса гриппа

- * Воздушно-капельный (вирус сохраняется в воздухе до 9 часов)
- * Воздушно-пылевой (вирус сохраняется на различных поверхностях до 48 часов)
- * Бытовой (вирус сохраняется на коже рук до 15 минут, на денежных купюрах до 2 недель, особую опасность представляет клавиатура банкоматов.)



«Восприимчивость к гриппу».

- Группы риска
- Ослабленные лица
- Школьники
- Пожилые люди
- Работники сфер обслуживания, здравоохранения, образования



«Как уберечься от гриппа».

Старайтесь избегать контакта с людьми, у которых есть признаки простуды: кашель, чихание, повышенная температура тела и др.



«Как уберечься от гриппа».

Старайтесь во время эпидемии гриппа не посещать общественные места (магазины, аптеки, общественный транспорт).



«Как уберечься от гриппа».

Используйте защитную ватно-марлевую повязку.



«Как уберечься от гриппа».

Чаще мойте руки (один из способов передачи вируса есть контактный и через предметы обихода).



«Как уберечься от гриппа».

- Принимайте витамины. Употребляйте больше овощей и фруктов.



«Как уберечься от гриппа».

6. Не пользоваться чужими ручками и «МЫШЬЮ».



«Как уберечься от гриппа».

Для профилактики в период эпидемий гриппа можно принимать по 2-3 зубчика чеснока ежедневно. Достаточно пожевать несколько минут зубчик чеснока, чтобы полностью очистить полость рта от бактерий. Положительным действием обладает и употребление репчатого лука.



«Как уберечься от гриппа».

Дети должны как можно больше гулять: на свежем воздухе заразиться гриппом практически невозможно.



«Как уберечься от гриппа»

Очень помогают теплые ножные ванны с горчицей(5-10 мин.), после чего стопы растираются какой-либо разогревающей мазью. В дополнение к назначенным врачом лекарствам можно использовать вкусные немедикаментозные средства, такие как отвар шиповника, чай с малиной и медом, липовый чай. Сок малины с сахаром – хорошее освежающее питье при высокой температуре.



ПРИВИВКА



«Протекание заболевания»

Обычно грипп начинается остро. Инкубационный период, как правило, длится 2-5 дней. Затем начинается период острых клинических проявлений. Тяжесть болезни зависит от общего состояния здоровья, возраста, от того, контактировал ли больной с данным типом вируса ранее. В зависимости от этого у больного может развиваться одна из четырех форм гриппа: легкая, среднетяжелая, тяжелая, гипертоксическая.



При развитии тяжелой формы гриппа температура тела поднимается до 40-40,5°C. В дополнение к симптомам, характерным для среднетяжелой формы гриппа, появляются судорожные припадки, галлюцинации, носовые кровотечения, рвота.



«Статистика».

- Ежегодно в мире заболевают гриппом 1,2 млрд человек, то есть 20% населения земного шара. Более 500 тыс. из них умирают. В самых крупных эпидемиях последних ста лет погибло: в 1955 году — 2 млн человек, в 1968-м — 1 млн, в 1918–1920 годах, при известном испанском гриппе, — более 40 млн.



Симптомы гриппа

Системный

- жар

Носоглотка

- Насморк
- Воспаленное горло

Кишечный тракт

- Диарея

Психологический

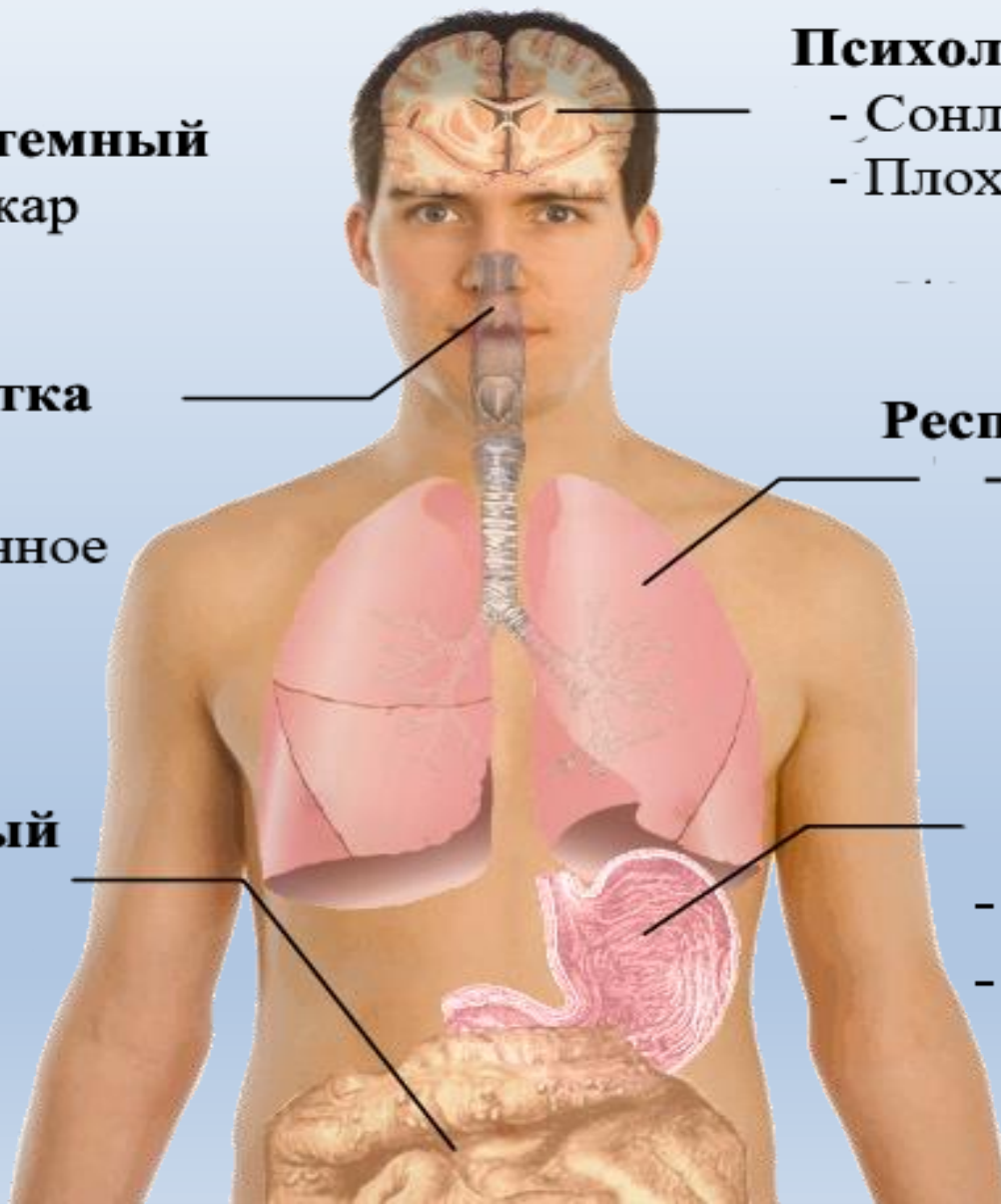
- Сонливость
- Плохой аппетит

Респираторный

- Кашель

Желудок

- Тошнота
- Рвота



ГРИПП или ПРОСТУДА?



	ОРВИ	ГРИПП
Начало болезни	Чаще плавное	Всегда острое
Температура тела	Выше 38°C поднимается редко	39°C и выше достигает за 2-3 часа держится 3-4 дня
Интоксикация организма	Слабая, общее состояние удовлетворительное	Озноб, пот, сильная головная боль (висках и в области глаз), боязнь свежее головокружение, ломота. Все это проявляется резко и нарастает стремительно.
Кашель, дискомфорт в области груди	Сухой, отрывистый, умеренно выраженный, появляется сразу	Мучительный, с болью, появляется на 2-е сутки
Насморк и заложенность носа	Часто основной симптом	Появляется не сразу, выражены не так ярко
Горло (покраснение и боль)	Один из основных симптомов	В первые дни болезни проявляется не всегда
Покраснение глаз	Если присоединяется бактериальная инфекция	Частый симптом



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!

