Азбука пациента



ОРВИ у взрослых – в клинической практике существует собирательное понятие «острые респираторные вирусные заболевания» (ОРВИ), которое включает ряд заболеваний преимущественно верхних дыхательных путей, вызываемых вирусами, среди которых вирусы парагриппа, респираторно-синцитиальный вирус, аденовирусы, риновирусы, коронавирусы человека, в том числе коронавирус вызывающий тяжелый острый респираторный синдром (ТОРС).

Они способны вызывать такие привычные для человека клинические проявления заболевания, как:

- Острый ринит (насморк);
- Фарингит (воспаление слизистой ротоглотки, сопровождающееся болями в горле и покраснением слизистых);
- Ларингит (воспаление слизистой гортани, где находятся голосовые связки, сопровождается осиплостью или потерей голоса);
- Поражение нижних дыхательных путей – трахеи (трахеит) и бронхов разного калибра (бронхит).



При поражении гортани и нижних дыхательных путей у человека частым симптомом является кашель, который вначале бывает сухим, без выделения мокроты, а затем становится влажным, с мокротой.

При ОРВИ человек также часто ощущает слабость, недомогание, повышение температуры тела, иногда головные боли. Это связано с интоксикацией на фоне распада вирусных частиц, а также разрушением некоторых клеток организма и выхода в кровь токсических субстанций.

Несмотря на то, что группа заболеваний, называемых ОРВИ хорошо известна и знакома практически каждому человеку, они обычно носят преходящий характер и благополучно заканчиваются, нужно знать о том, что нельзя относиться к ним, как к чему-то простому и несерьёзному. Это инфекционные заболевания, которые могут протекать легко, могут иметь среднетяжёлое, а иногда и тяжёлое течение, которое проявляется высокой температурой (лихорадкой), в редких случаях – развитием таких осложнений, как воспаление оболочек головного мозга (менингит) и отёк головного мозга, а также дыхательная и сердечно-сосудистая недостаточность, что может привести к смертельному исходу.

Эти осложнения чаще бывают у пожилых людей, имеющих сопутствующие заболевания. Также осложнениям подвержены дети, у которых незрелая иммунная система.

Также при ОРВИ возможны осложнения, вызванные присоединение вторичной бактериальной флоры, такие, как отит (воспаление уха, проявляющееся постоянными или пульсирующими, стреляющими болями в ухе), синуситы (гайморит, фронтит), бронхит и воспаление лёгких (пневмония). Бронхит может быть проявлением заболевания (при некоторых вирусных заболеваниях), а может быть и бактериальным осложнением ОРВИ. В последнем случае мокрота приобретает зеленоватый, гнойный характер. Часто ОРВИ осложняются бронхитом у курильщиков.

ОРВИ являются социально и экономически значимыми заболеваниями. Причина тому высокая частота заболеваемости в популяции людей по сравнению с другими заболеваниями.

Как уберечься от ОРВИ

Для профилактики ОРВИ могут быть использованы ряд неспецифических мер:

1. Избегать переохлаждений. Особенно важно держать в тепле ноги и не вдыхать воздух открытым ртом в холодную погоду. Не следует находиться на улице на сильном морозе более 20 минут. Нельзя выходить на улицу в мороз в состоянии алкогольного опьянения и выпивать перед выходом горячие напитки – это способствует переохлаждению. Не следует также выходить на улицу в момент выраженного потоотделения. Не следует долго находиться под прямым потоком воздуха вблизи кондиционера и на сквозняках.

2. Избегать тесного контакта с больным ОРВИ. Не использовать общие столовые принадлежности.

3. Ношение маски в общественных местах. Однако маска эффективна до того момента, пока она не промокла (от пота и др.).

4. Промывание носоглотки и ротоглотки водой после посещения общественных мест.

5. Химиопрофилактика.

При появлении симптомов ОРВИ рекомендуется обращаться за медицинской помощью в поликлинику или вызвать врача на дом (при температуре свыше 38,5^{O}C). Не следует заниматься самолечением!

Особенно важно обратиться за медицинской помощью при высокой температуре тела, при появлении одышки, стойкой головной боли, повторной рвоте, не приносящей облегчения, при выраженном падении артериального давления!



Источник:
Клинические рекомендации «Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) у взрослых».
Кодирование по Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем: B34.0, B34.2, B34.9, B97.0, B97.4, J00 – J06, J20 – J22.
Год утверждения (частота пересмотра): 2025
Возрастная категория: Взрослые
ID:724_2
Разработчик клинической рекомендации:
• Общероссийская общественная организация "Российское научное медицинское общество терапевтов"
• Национальная ассоциация специалистов по инфекционным болезням имени академика В. И. Покровского (НАСИБ)
Одобрено Научно-практическим Советом Минздрава РФ