

**Grip nedir?**

Sıklıkla karşılaşılan solunum enfeksiyonları arasında birinci sırayı “grip” alıyor. Virüslerle meydana gelen grip hastalığı yaklaşık 1 hafta veya 10 gün kadar sürmektedir. Özellikle sinema, tiyatro, huzurevi, kışlalarda, sigaranın kapalı ortamda çok içildiği yerlerde hastalığa yakalanma olasılığı daha fazladır.

Belirtileri nelerdir?

Grip hastalığı, sıklıkla burunda kuruma, yanma, genizde yanma, kaşıntı hissi, burunda tıkanıklığın yanı sıra, önce beyaz, şeffaf daha sonra da giderek koyulaşan burun akıntısı ile kendini gösterir. Hafif olmak üzere ateş de görülür. Hastada genel vücut kırgınlığı olur. Ayrıca gribe yakalanan kişilerde eklem ve adalelerinde yorgunluk hissi, burundan ve genizden gelen akıntıya bağlı öksürük, balgam çıkarma hissi ve problem devam ederse baş ağrısı görülebilir.

Tedavisi nasıl yapılmalı mıdır?

Gribin tedavisinde “antibiyotik kullanmayın” önerisinde bulunmaktadır. Hastalık genellikle “virüsler” ile meydana geldiğinden antibiyotik kullanımının hastalığın seyrinde herhangi bir etkisi olmamaktadır. Hastada çok yüksek ateşe eşlik eden, çok koyu ve kanlı burun akıntısı olursa, öksürük, balgam devam ederse antibiyotik gerekebilir. Onun dışında bol sıvı alarak akıntının yumuşatılması kolayca çıkarılmasının sağlanması, çocuğumuzun bulunduğu çevrede sigara içilmemesi , gün içerisinde sıcak buharla genzi yumuşatmak, sebze ve meyve yiyerek, vitaminle vücuda takviye yapılması, çok aktif olan dönemlerde de vücudun dinlendirilmesi gerekir.

Korunma nasıl olmalıdır?

Gripten korunmak için öncelikle kronik hastalığı (kalp, akciğer, böbrek ve şeker gibi) olan çocukların aşılınması gerekmektedir. Bunun yanında alınması gereken önlemler ise: Toplu çalışma ortamlarında havalandırma düzenli yapılmalı, sigara içilmesine izin verilmemeli, hasta kişilerin tedavileri sağlanmalıdır. Hasta kişinin sekresyonlarına temastan kaçınılmalıdır. El yıkama ve maske kullanımı önerilir.