**Беременность и грипп**

Конечно, беременность не самое лучшее время для болезней. Но редко, встретишь женщину, которая за девять месяцев, ни разу не болела. Поэтому, если вы чувствуете, что из носа течет, в горле першит, не спешите паниковать. Возможно, это просто простуда, которая не представляет особой опасности для будущего ребенка. Хуже, если вы подхватили вирусные заболевание, которое называется грипп. В этом случая вы немедленно должны обратиться к врачу.

 **Что такое грипп?**

 Симптомы гриппа известны всем это высокая температура, слабость, насморк, кашель, головная боль. Гриппом нельзя заразиться, промочив ноги. Это инфекция проникает в организм воздушно капельным путем от зараженного человека. Вирус гриппа в организме начинается быстро размножаться и разноситься током крови по всему организму. В числе самых грозных осложнений гриппа входят пневмония, бронхит, отит, синусит и воспалительные заболевания мышцы сердца. Естественно, все беременные женщины очень беспокоятся о том, как повлияет заболевания гриппом на здоровье, сразу хочется уточнить, что ни один врач не может со 100%-ой уверенностью сказать оказалось ли болезнь на развитие ребенка или нет. С большей долей вероятности можно сказать только то, что наибольшую опасность грипп представляет на ранних сроках беременности до 12 недель. В эти сроки происходит закладка органов и тканей будущего малыша, поэтому важна благоприятное течение беременности в это время. Далее ребенок растет, и заболевание гриппом уже не может сказаться на структуре органов. Кроме того, в природе существует правило «все или ничего». Поэтому правилу, если после заболевания гриппом что-то пошло не так в развитии беременности, то, чаще всего, она прерывается. Если, же беременность после гриппа протекает гладко все анализы в норме, на УЗИ с малышом и с плацентой все нормально, то, скорее всего, волноваться не о чем, с ребенком все хорошо.

**Какая же профилактика гриппа?**

У беременных женщин иммунитет часто ослаблен, следовательно, повышение иммунитета лишним не будет. А это и закаливания и здоровый образ жизни, и правильное питание, и физическая активность. Перед выходом в общественное место желательно слизистую носа или оксалиновой мазью, либо мазью с инфироном. А вечером перед сном прополоскать рот настойкой календулы или эвкалиптом, чтобы смыть накопленные за день вредоносные микробы.

 **Как лечить грипп?**

 Естественно назначать и проводить лечение гриппа должен врач, к которому вы сразу обратитесь и сообщите о своей беременности. Особое внимание при лечение гриппа у беременных уделяется народными и гомеопатическим средствам т.к. многие препараты из обычного арсенала противогриппозных средств противопоказаны. Необходимы обильное питье, которое помогает «смывать» коварный вирус из организма. Пить лучше что-нибудь кисленькое и содержащиеся витамин «С», морсы, горячий чай с мятой и лимоном или медом, напиток из шиповника. Из жаропонижающих для беременных разрешен парацетамол. Также разрешены при беременности гриппостад, травяной сироп 100,0 производство Штада-Нижфарм, Марплюс- назальный спрей. Также актуально проведение паровых ингаляций с настоями ромашки, календулы, шалфея, эвкалипта, зверобоя, сосновых почек. Своевременное обращение при первых признаках гриппа к врачу и адекватное лечение предупреждает тяжелые осложнения гриппа во время беременности.

Акушер гинеколог Гауриева М.Б.

Акушер –гинеколог ЩЦРБ Гауриева М.Б