



# ПРОЕКТ «ЗДОРОВЫЙ РЕГИОН - ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

*Выпуск №2*

Это название проекта, над которым редакция газеты "Сонковский вестник" ведёт работу в 2020 году. На страницах "районки" вы сможете узнать о той или иной медицинской проблеме, познакомиться с необходимой информацией по профилактике заболеваний, найти адреса помощи и прочитать советы специалистов.

Уважаемые читатели! Приглашаем вас к активному сотрудничеству: пишите, звоните, приходите в редакцию, делитесь тем, что вас волнует, задавайте вопросы. Наш сайт <http://sonkovovest.ru>. Адрес электронной почты: [sonkovovest@yandex.ru](mailto:sonkovovest@yandex.ru). Наши телефоны: 2-14-80 и 2-14-89.

Сегодня мы поговорим об ангине - остром инфекционном заболевании, которое доставляет множество неприятных ощущений и может быть опасно своими осложнениями. Об этом и многом другом рассказывает врач-инфекционист ГБУЗ "Сонковская ЦРБ" Наталья Владимировна Шершень.

## КИНЖАЛ В ГОРЛЕ: ЧЕМ ОПАСНА АНГИНА?

**Ангиной болеют люди любого возраста. И эта крайне неприятная болезнь не даёт ни пить, ни есть, ни говорить. Кроме того, это инфекция, которая при неправильном лечении может привести к грозным осложнениям - от воспаления уха, абсцесса, флегмоны до системных заболеваний.**

- Наталья Владимировна, вопрос первый: что такое ангина?

- Ангина - это острое инфекционное заболевание преимущественно стрептококковой этиологии, характеризующееся явлениями интоксикации, лихорадкой, воспалительными изменениями в лимфоидных образованиях ротовоглотки (чаще нёбных миндалинах) и регионарных лимфатических узлах.

- На какие виды делится это заболевание?

- Согласно клинической классификации, различают следующие формы стрептококковой ангины: первичная и вторичная.

Первичная: катаральная - самый лёгкий из возможных вариантов, современными методами излечивается примерно за два дня, но без лечения может развиться в тяжёлую форму; фолликулярная определяется по нагноившимся фолликулам, на оболочках горла наблюдаются пузьрьки желтоватого цвета; лакунарная - главный признак - налёт жёлтого цвета в лакунах; некротическая проявляется отмершими участками на миндалинах.

Вторичная: при острых инфекционных заболеваниях (дифтерии, скарлатине и других) и заболеваниях системы крови (лейкозе и других). По локализации - нёбных миндалин, язычной миндалины, боковых валиков глотки и гортанная. По тяжести - лёгкая, средней тяжести и тяжёлая.

- Наталья Владимировна, почему у одних людей ангина бывает часто, а у других крайне редко?

- Всё просто: у одних иммунитет хорошо держит оборону, у других - наоборот. Ведь на его работоспособность влияют многие факторы: стрессы, перегрузка, внешние и внутренние инфекции. Самые распространённые возбудители ангины - бактерии: стрептококки, реже стафилококки и пневмококки. Но в роли провокаторов ангины могут выступить и хламидии, и микоплазма, и вирус Эпштейна-Барр, и даже аденоны, которые остаются в организме после ОРВИ.

- Назовите основные симптомы ангины?

- Острая боль в горле, усиливающаяся при глотании; увеличение и покраснение миндалин, повышение температуры до 38 - 40 °C, ощущение озноба и ломоты в теле, головная боль, увеличение лимфатических узлов, общая слабость.

- Каковы основные причины возникновения и развития заболевания?

- В подавляющем большинстве случаев (почти 80%) ангину вызывают β-гемолитические стрептококки группы А. В 17,8% - стафилококки и остальные вирусы и бактерии.

- Наталья Владимировна, каковы пути заражения?

- Источником инфекции являются больные ангиной, а также здоровые носители стрептококков. Основной путь заражения - воздушно-капельный (при разговоре, кашле, чихании).

- Кто находится в особой группе риска?

- Ангина встречается и у взрослого, и у ребёнка. В особой группе риска - дети. Это связано с тем, что они часто боле-

ют. А так как миндалины у ребёнка только формируются, они наиболее подвержены данному заболеванию. Защитная реакция организма ещё не совсем полноценная. Но если ребёнок уже инфицирован, тогда следует обеспечить ему эффективное лечение ангины.

- Говорят, что ангина очень опасна осложнениями. Так ли это?

- Да, ангина - одно из тех заболеваний, которое может иметь довольно серьёзные осложнения. Это может проявляться в развитии синусита, отёка гортани, острого ларингита, флегмоны шеи, паратонзилита и паратонзиллярного абсцесса, отита. Кроме осложнений, при ангине могут возникать метатонзиллярные заболевания: ревматизм, полиартрит, гломерулонефрит. Крайне опасно игнорирование лечения ангины у детей, так как их развитие и рост могут остановиться.

- Несколько слов о лечении ангины.

- Лечить ангину следует правильно. Ни в коем случае нельзя заниматься самолечением! Только врач назначает лекарственные препараты, указывая дозировку. В обязательном порядке прописывается курс антибиотиков. Продолжительность приёма устанавливается доктором. Антибактериальная терапия - тоже верное решение в борьбе с этим заболеванием. Полоскание горла при ангине осуществляется каждый час. Кроме того, нужно обязательно узнать у врача, можно ли при ангине принимать какие-то иные препараты и добавки.

- Наталья Владимировна, что Вы можете сказать о профилактике данного заболевания?

- Чтобы не заразиться ангиной, следует соблюдать ряд правил: стараться не контактировать с больными людьми или надевать защитную маску (особенно в сезон простуд); укреплять иммунитет (в этом поможет сбалансированное и правильное питание, приём витаминов и другое); в осенний и зимний период пить противовирусные препараты; стараться не переохладяться. Особенно беречь горло! Для предупреждения стрептококковой инфекции большое значение имеет своевременная изоляция больных ангиной. Не менее важную роль играет и осуществление комплекса профилактических мероприятий в группе людей, обладающих повышенной восприимчивостью к стрептококкам.

### Ошибки 2 - отказ от антибиотиков

Ангина - это всегда бактериальная инфекция (её обычно вызывают гемолитические стрептококки группы А или В, реже стафилококки). А раз так - без антибиотиков не обойтись. Антибактериальные препараты применяются при ангине в 100% случаев.

### Ошибки 3 - прекращение приёма антибиотиков

Даже при улучшении самочувствия болезнестворные бактерии полностью не погибают. Поэтому при преждевременном прекращении приёма антибиотиков они вновь начнут размножаться особенно активно. Неизбежны и осложнения.

### Ошибки 4 - нужен шерстяной шарф

Шарф увеличивает приток крови к воспалённому горлу, усиливая отёк. Если переборщить с тепловыми процедурами (и вдыхание пара от горячей картошки в том числе), может развиться удушие. Не случайно при ангине часто назначаются антигистаминные препараты, обладающие противоотёчным эффектом.

### Ошибки 5 - пить клюквенный морс

При ангине противопоказана любая еда, раздражающая воспалённую слизистую оболочку горла, то есть всё кислое, солёное, ост्रое. Так что не стоит увлекаться лимоном в чае или пытаться насытить организм витамином С при помощи кислых соков.



## ТЕОРИЯ - НА ПРАКТИКЕ

Александр, 37 лет:

- У меня появились озноб и боль в горле при глотании. Изменился температурный режим - 37,5 °C. Головная боль и сильная ломота в теле не давали покоя. Столбик градусника достиг отметки 38,5 °C, стоять на ногах не было сил. Обратился в поликлинику к доктору, который после внимательного осмотра обнаружил увеличенные лимфатические узлы и гной на воспалённых миндалинах. Был поставлен диагноз - острый тонзиллит (ангина). Врач назначил курс антибиотиков, противовирусный и антигистаминный (противоотёчный) препараты, полоскание горла и обработку его спреем. В течение недели я находился на домашнем лечении, строго соблюдал постельный режим и предписания врача. Постепенно самочувствие стало улучшаться. Но, видно, инфекция опустилась ниже - появился кашель. Во время следующего приёма доктор назначил препараты от кашля. Лечение продолжилось. После курса комплексной терапии состояние значительно улучшилось. И как закрепление - комплекс витаминов. Всё это в полной мере позволило мне успешно справиться с ангиной, которая, я вам скажу, доставила мне массу хлопот!

### КАК БЫТЬ?

При первых симптомах ангины следует записаться в поликлинике ГБУЗ "Сонковская ЦРБ" к врачу-инфекционисту Н.В.Шершень по электронной записи или в порядке живой очереди. Приём ведётся в поликлинике на первом этаже в кабинете №8. Часы приёма: с понедельника по пятницу с 11 до 13 часов.



Разъясняет специалист - врач-инфекционист ГБУЗ "Сонковская ЦРБ" Н.В.Шершень

? Где можно сдать мазок при симптомах ангины?

Ирина

- Мазок из зева и носа на флору и чувствительность к антибиотикам показывает, каким микроорганизмом вызывается ангина. Мазок можно сдать самостоятельно в СЭС (г.Бежецк). Лучше это делать в период обострения. В случае госпитализации в ГБУЗ "Сонковская ЦРБ" мазок берут на месте. В зависимости от результатов анализа будет назначено соответствующее лечение.

? От чего зависит, насколько часто человек болеет ангиной?

Наталья

- Ангина возникает при попадании в организм стрептококков или стафилококков. Однако развитие инфекционного процесса начинается при снижении иммунитета и наличии других отрицательных факторов (усталость, недомогание, стрессы, наличие хронических заболеваний, переохлаждение). Частые ангины говорят о снижении защитных сил или наличия хронической инфекции.

Страницу подготовила Марина ЭНГЕЛЬГАРДТ



## РАБОТА НАД ОШИБКАМИ, ИЛИ ПОЧЕМУ НЕ ПРОХОДИТ АНГИНА

### Ошибки 1 - идти на работу

Ангина - это острое инфекционное заболевание, которое передаётся воздушно-капельным путём, поэтому не стоит заражать окружающих. Также при ангине необходим постельный режим. Если во время болезни вести активный образ жизни, у организма не хватит сил противостоять бактериям, и микробы начнут размножаться особенно активно. Неизбежны и осложнения.

### Ошибки 2 - отказ от антибиотиков

Ангина - это всегда бактериальная инфекция (её обычно вызывают гемолитические стрептококки группы А или В, реже стафилококки). А раз так - без антибиотиков не обойтись. Антибактериальные препараты применяются при ангине в 100% случаев.

### Ошибки 3 - прекращение приёма антибиотиков

Даже при улучшении самочувствия болезнестворные бактерии полностью не погибают. Поэтому при преждевременном прекращении приёма антибиотиков они вновь начнут размножаться особенно активно. Неизбежны и осложнения.

### Ошибки 4 - пить клюквенный морс

При ангине противопоказана любая еда, раздражающая воспалённую слизистую оболочку горла, то есть всё кислое, солёное, ост्रое. Так что не стоит увлекаться лимоном в чае или пытаться насытить организм витамином С при помощи кислых соков.

### Ошибки 5 - отсутствие тепла

Шарф увеличивает приток крови к воспалённому горлу, усиливая отёк. Если переборщить с тепловыми процедурами (и вдыхание пара от горячей картошки в том числе), может развиться удушие. Не случайно при ангине часто назначаются антигистаминные препараты, обладающие противоотёчным эффектом.

### Ошибки 6 - лечиться мёдом и малиновым вареньем

Сахар и другие сладости - отличная питательная среда для бактерий, где они размножаются особенно активно.

### Ошибки 7 - ложка в помою

Пытаясь удалить налёт, можно спровоцировать кровотечение в горле. Кроме того, он создаёт защитную плёнку на миндалинах, которая мешает распространению инфекции. Постепенно плёнка отторгнется сама.

### Ошибки 8 - только полоскание

Полоскания при ангине, безусловно, улучшают самочувствие, однако справиться с болезнью только с их помощью невозможно. Необходимо комплексное лечение.