

MEDIJI O ZDRAVSTVU

utorak, 28. januar 2025.godine

RTS- Promena vremena znači promenu zdravlja – mnogo ljudi traži pomoć

B92- Četiri virusa haraju Srbijom: "Najozbiljniji pacijenti su nam deca od godinu dana"

DNEVNIK- VIRUSI SE RAZGOROPADILI, HARAJU SRBIJOM! Evo koliko bolesnih trenutno ima, čekaonice domova zdravlja prepune



Promena vremena znači promenu zdravlja – mnogo ljudi traži pomoć

Zbog prolećnih temperatura usred zime mnogi se ovih dana ne osećaju dobro. I mladi i stari, i zdravi i hronični pacijenti žale se na vrtoglavicu, glavobolju, malaksalost. Uz temperaturne oscilacije mnogi su bolesni i zbog raznih virusnih i bakterijskih infekcija koje su u cirkulaciji.

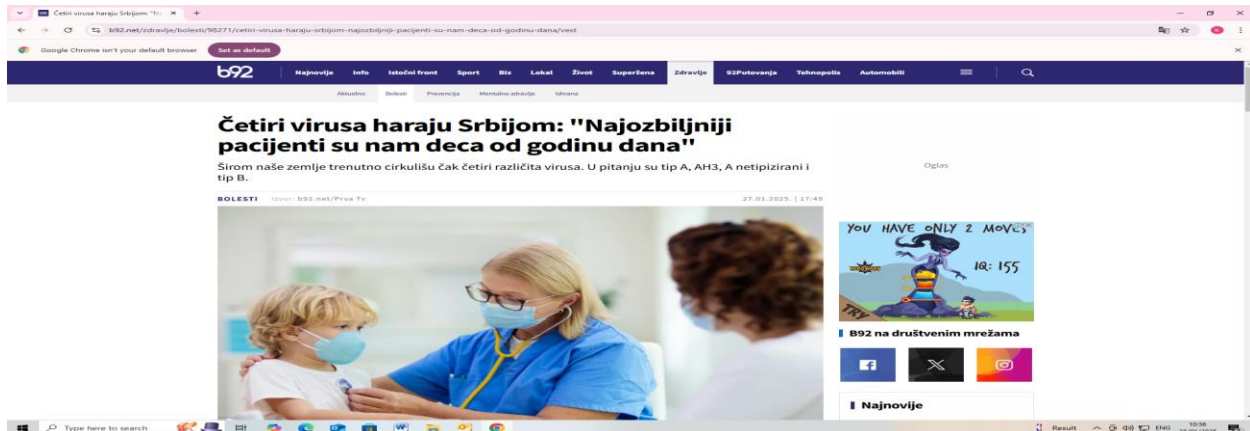
„Poznato je da promena vremena znači promenu zdravlja. Proteklih nekoliko toplijih dana imamo dva razloga zbog kojih pacijenti češće dolaze. Prvi razlog su viremije, odnosno prisustvo virusa koji ne škode toliko zdravim osobama, već onima sa postojećim hroničnim stanjima“, kaže prof. dr. Predrag Mitrović, načelnik Postkoronarne jedinice UC UKCS.

Drugi razlog je, kako kaže, izlazak iz toplog u hladno, odnosno česte nagle promene temperature, zbog čega se javlja više pacijenata, posebno onih koji imaju problem sa krvnim pritiskom.

Ono što je tipično za ovakvo vreme, kada je ujutru dva stepena a preko dana 18, je klinička manifestacija srčane slabosti. Bolesnici koji su imali srčano oboljenje, poput infarkta miokarda, dolaze u situaciju kada srce ne može da kontroliše varijaciju pritiska.

Juče su u Urgentnom centru imali preko 250 pregleda i internističkoj ambulanti.

„Od tog broja 153 pregledano je u kardiološkoj ambulanti, a 12 ljudi je moralo na hitnu intervenciju. Prethodnog dana se još više ljudi javilo. Definitivno ovakvo vreme utiče na ovakvu situaciju“, ističe Mitrović.



Četiri virusa haraju Srbijom: "Najozbiljniji pacijenti su nam deca od godinu dana"

Širom naše zemlje trenutno cirkulišu čak četiri različita virusa. U pitanju su tip A, AH3, A netipizirani i tip B.

Zapušen nos, bol u grlu, kašalj, povišena temperatura, najčešći su simptomi. Intenzitet virusa i njihovog širenja se pojačava, a kako oni utiču na decu?

Dečiji pulmolog, dr Olivera Ostojić, govorila je za televiziju Prva upravo o tome i rekla da je reč o standardnim virusima za ovaj tip godine.

"Ove sezone se mahom grip izolovao kod naših malih pacijenata, dobro je što sada imamo brze testove za influencu A i B, tako da se klinička slika može brzo utvrditi a samim tim i terapija. Mogu da kažem da se virus jako brzo širi u poslednja dva meseca", kaže doktorka i dodaje da se susreće sa bolesnom decom koja imaju jako visoku temperaturu.

"U ustanove dolaze deca sa jako visokom temperaturom, i do 40, koja ume da traje dva, tri dana. Deca su obično neraspoložena, malaksala, odbijaju da jedu, kreće curenje nosa, kašalj i drugo... Sve to traje do oko sedam dana", kaže doktorka i objašnjava da bi deca trebalo da miruju u ovom periodu, uz obaveznu sistematsku terapiju.

"Najozbiljniji pacijenti su nam deca od godinu, godinu i po dana, jer kod njih i curenje nosa i slivanje sekreta predstavlja jednu alarmantnu sliku za roditelje. Njihovi simptomi se često komplikuju, sa upalama ušiju, pluća, bronhitisom... Deca vrtičkog uzrasta su bolesna često, i do 12 puta u godini, međutim, ona tako jačaju svoj imunitet i otpornost organizma na viruse koje preleže", rekla je dr Ostojić.



VIRUSI SE RAZGOROPADILI, HARAJU SRBIJOM! Evo koliko bolesnih trenutno ima, čekaonice domova zdravlja prepune

Trenutno je u Srbiji registrovano preko 10.000 obolelih od oboljenja sličnih gripu, što ukazuje na srednji intenzitet aktivnosti virusa.

Virus gripa je potvrđen u 22 okruga naše zemlje, a simptomi su prepoznatljivi:

Nagli početak bolesti (može se tačno odrediti vreme početka, kao što je ujutru ili popodne)

- Povišena telesna temperatura
- Suvi kašalj
- Bolovi u grlu
- Slabost
- Malaksalost
- Bolovi u zglobovima i mišićima

Ako simptomi uključuju visoku temperaturu, možemo govoriti o oboljenjima sličnim gripu.

Bez temperature, slični simptomi mogu ukazivati na akutne respiratorne infekcije.

Osim gripa, trenutno su u cirkulaciji i drugi respiratorni virusi kao što su adenovirusi, virusi prehlade i parainfluenca, kažu lekari.

Najbolja preventiva je pridržavanje osnovnih higijenskih mera i simptomatska terapija za snižavanje telesne temperature i unošenje dosta tečnosti. Antibiotici se nikako ne smeju koristiti bez konsultacije sa lekarom, podsećaju.

Zbog povećanog broja obolelih, čekaonice u domovima zdravlja su pune.

Trenutno smo u uzlaznom trendu, a vrhunac epidemije se očekuje u sredinom februara, prema podacima Instituta Batut.

Vakcinacija protiv gripa počela je još u oktobru i novembru prošle godine, ali i dalje nije kasno da se zaštitite. Međutim, važno je biti svestan da je potrebno dve do tri nedelje nakon vakcinacije da se stvore zaštitna antitela.

Tokom tog perioda, neophodno je biti obazriv kako bi se smanjio rizik od dobijanja gripa ili drugih respiratornih infekcija.

Pored vakcinacije, postoje i opšte mere prevencije koje svako može primenjivati:

Higijena ruku: Redovno pranje ruku vodom i sapunom smanjuje rizik od prenosa virusa.

Provetranje prostorija: Ako vremenski uslovi dozvoljavaju, provetravajte prostorije kako biste smanjili koncentraciju virusa u zraku.

Držanje distance: Prilikom komunikacije sa drugim ljudima, držite preporučenu distancu kako biste izbegli direktan kontakt sa potencijalno zaraženim osobama.

Dobar san i odmor: Kvalitetan san i odmor su ključni za jačanje imuniteta.

Balansirana ishrana: Pravilna ishrana pomaže u jačanju odbrambenih mehanizama organizma.

Bez stresa: Stres negativno utiče na imunitet, stoga je važno održavati balans na fizičkom, mentalnom i emotivnom nivou.

Fizička aktivnost: Redovna fizička aktivnost doprinosi boljem opštem zdravlju i jačanju imuniteta.