

# Грипп гемәс бийән саглхмн

Өдгә цагт делкән кесг орн-нутгудт, оln-әмтн дунд грипп гем зөвәр икәр өсдж-делгрдж йовна. Эн гем ода мана тань-гъчд энд-тенд бас әмтн дунд гарч ирв.

Грипп гем—хальдврта гем болдг. Эн гемин хальдврин әклц йирин күүнә нүднд үзгдш уга, йир бичкн. әмд—вирус гидж нерәддг, хальдврин хорн.

Гемтсн күүнә цогц эн гемәс йир икәр хорддж зөвна, юнъ-гад гихлә: гемин хорн цогцд шиньгрнә. Энүнәс гемтә кун хәнәхлә, нәәтгъхлә, күүнлә үг күүндхлә, эн грипп гемин хальдвр шулугъар агъарар дамдждж, эрүл әмтнә цогцур ордмн.

Гем хальдсн өдрин хөбн хойр-негн хонг болад, эн гемин сүр-бәәдлнъ гарад илдж медгнә: цогц заратрад, генткн икәр халудад, 39—40 градус күрәд, толгъа өвдәд, цогцин ясдуд шарклад, чинән сулдад, босдж йовдж чадш уга болад, гемтә кун аргънъ уга болад кевтнә. Гем агъарар хальддг учрар—хамр бүтәд,

нусн-аса гооджад, нүднәс нүлмсн гооджад, зәрмдән хоолин бульчрха чочад, хавдад, гемтә күүнә дун сөблнътрад, нәәтхәд, хүүрәгъяр хәнәгъяд бәәнә. Иигдж 3—6 хонг болчкад, гемин үлдл цогцд уга болхла, гемәс кун эдгнә.

Зәрмдән эн грипп гем күүнә цогцд үлдлтә болна—оошгт ки-хатхланьгта хавдр, оошгн мөбрснд хәнәдн ирнә, зүркн, бульчнъгнъ хавдад, сулдад, түүнә цоклгъна әнъ багърад-танъхрад, цогц йир икәр чинәгъән алднә. Дакад болхла, бөбрд ки ирәд, бас гемтә кун зовна, толгъан әкнд гемин хорн ирәд, нань чигн гемтә күүнә цогцин үй-мөч зована, гемин хорн, цуснд бас муугъан хальдана.

Урднъ хуучн гемтә әмтн эн гемәр күндәр гемтнә, көгшн боли бичкн көкәр күүкд гриппәр бас күндәр гемтнә.

Цуг эн деер келгдсн учрар, грипп ирсн цагт, гемтә кун больницүр, амбулаторур одл уга, босдж йовл уга, эмчиг герүрн дуудулад, бийән хәлә-

лгъяд, гертән кевтх зөвтә. Гемтә кун шул талдан орнд кевтх учрта, бийиннъ өбр нүлмүр бәрдж, өрк-булиннъ әмтнәс талдан онц алчурта, онц аагъ-савта, асрулта болгъхмн. Гемтә күүг асрдг әмтн бийсән йир сагар бәрх зөвтә: хамрамндан 4-н давхр сериджләр хаац зүүгъяд, грипп гемин хальдврас бийән харсдж, саглх йоста. Грипп гемтә кун, күүнлә үг-күүндвр кесн цагтан, хәнәхләрн, нәәтгъхләрн, аман альчурар-кенчрәр хаацлх кергтә. Тиигхлә, наадк эрүл әмтнд гем хальдш уга.

Грипп гем хөрхин тускар им хойр керглавта күдәхмн: энүг делгрдж-тархинъ унтрахла, эн гемәр гемтш уган төлә кен-чигн кун цогцан батлх зөвтә. Дакад цааранднъ оln-әмтн дунд гриппин тускар цәәлгъвр келж делгрүдх.

Герән, гер дотрк агъар цевр-цер бәрхмн (гериг бүтү, газагъас цевр агъар оруллго бәрхмн биш). Гер арчдж цеврлх цагтан, 0,2 процент хлораминтә усар угъадж цеврлхмн. Оln әмтс тетгдг хот элдг гермүд, школмуд, клубс, кинотеатрмуд, үс хәәчлдг гермүд, больницс, оln әмтн шишлнъ бәәдг гермүд—цуг

эдү мет нань-чигн бәәрс цевр-церәр эдлх кергтә, эднәс салу эд-тавр, элддг хот хулддг магазидиг цеврәр бәрхд онц оньг өгхмн.

Школин сургъульчирин, эднәс багъ, 1—6 наста бичкдүдин цогцинъ сәәнәр өдр болгън уктдж, эдниг эн гемин аюлас харсад хагъцах—кенчигн эк-әцкин йир чинртә керг; им учрар эн бичкдүдин хотинъ, хувц-хунринъ ясдж бас цеврәр асрх кергтә.

Икәр грипп гем ирчксн цагт оln-әмтн ямаран чигн хургин хурлгъан багърулх зөвтә. Улгүрнъ: кино үзүллгън, оlnа хург, сургъульчирин хург, нань чигн.

Грипп гем ирсн бәәрн газрт кен-чигн кун им цевр-цеерин үүл күцәх учрта: өдр болгън хамрин дотакинъ савнъгин көбсәр угъах, хамрин, хоолин хуучн гемән эмнүлх, эмчин, грипп гем хөрәд өгсн эминъ цаг-цагтнъ уудж-эдлх (акрихин, эн гемин туст кегдсн онц шүүсн дусал эм, норсульфазол, нань чигн), өдрин хотиг бас цаг-цагтнъ эдлх, бийән царцал уга бәәх.

Ц. КОРСУНКИЕВ,  
эмч.