

## **Об отличиях симптомов COVID-19 от симптомов ОРВИ и гриппа**

Осень – это традиционно время респираторных вирусных заболеваний. Несмотря на продолжающуюся пандемию коронавирусной инфекции, риски распространения гриппа с началом похолодания по-прежнему есть. Что нужно знать об этих двух инфекциях?

### **COVID-19 и грипп: что общего?**

Обе инфекции имеют одинаковые пути передачи – преимущественно-воздушно-капельный, но также можно заразиться при контакте и через fomиты (загрязненные инфекцией поверхности).

Похожа и картина заболевания, которая характерна для всех респираторных вирусных инфекций. При этом как грипп, так и COVID-19 имеют самый широкий спектр вариантов болезни – от бессимптомного или легкого до тяжелого заболевания и смерти.

### **COVID-19 и грипп: в чем отличия?**

Не стоит забывать, что грипп и COVID-19 – две совершенно разные инфекции, у которых разные и возбудители, и симптоматика, и течение.

Вирус гриппа передается достаточно стремительно, в среднем инкубационный период (время от заражения до появления симптомов) составляет от нескольких часов до 1-2 дней. Больной гриппом является заразным для окружающих, в основном, в первые 3-5 дней заболевания.

Инкубационный период при COVID-19 более продолжительный, в среднем он составляет 4-6 дней, может быть короче или длиннее. Распространять вирус больной COVID-19 может уже за 1-4 дня до появления симптомов.

Различается и так называемое репродуктивное число (число вторичных случаев заражения, вызванных одним инфицированным человеком). У вируса SARS-CoV-2 способность к заражению выше, его репродуктивное число составляет от 2 до 2,5.

Несмотря на то, что оба вируса имеют похожий спектр симптомов, доля тяжелых и критических случаев также, по-видимому, отличается: при COVID-19 их больше, чем при гриппе. По данным на сегодняшний день, 15% случаев заболевания COVID-19 являются тяжелыми, требующими оксигенации, в 5% - случаев требуется искусственная вентиляция легких.

Риск тяжелой инфекции при COVID-19 увеличивают пожилой возраст и сопутствующие хронические заболевания. При гриппе в категории повышенного риска входят дети (которые COVID-19 переносят сравнительно легко) и беременные женщины, которые могут тяжело заболеть гриппом на поздних сроках беременности. Есть также наблюдения о тяжелых случаях COVID-19 у беременных либо патологических состояниях, связанных с развитием плода.

### **Правила профилактики**

Они общие для всех респираторных инфекций. Необходимо использовать маски и соблюдать гигиену рук, в сезонный эпидемиологический подъем стараться избегать места скопления людей.

И самое главное – сделать прививки от коронавирусной инфекции и гриппа. Вакцинация один из самых эффективных способов снизить риски тяжелого течения заболевания. Прививаясь от воздушно-капельных инфекций, вы не только защищаете себя, но и

проявляете ответственность по отношению к близким, к семье и коллегам, заботитесь о том, чтобы инфекция не распространялась.

Сейчас в Российской Федерации проходит массовая бесплатная вакцинация от новой коронавирусной инфекции. В настоящее время для граждан доступны четыре вакцины, разработанные российскими учеными, а также началась бесплатная вакцинация от гриппа. Не сомневайтесь – прививайтесь!

СИМПТОМЫ	КОРОНАВИРУС	ОРВИ	ГРИПП
Повышенная температуры	часто	редко	часто
Усталость	часто	иногда	часто
Кашель	часто(сухой)	иногда	часто
Чихание	нет	часто	часто
Потеря обоняния	часто	иногда	иногда
Боль в суставах (ломота)	часто	иногда	часто
Насморк	иногда	часто	редко
Боль в горле	иногда	часто	редко
Диарея	иногда	нет	редко
Головная боль	часто	иногда	часто
Одышка	иногда	нет	иногда
Искажение вкуса	часто	нет	нет
Заложенность ушей	редко	редко	редко

Источник: Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <https://rospotrebnadzor.ru>