**Корь**

В начале 2024 года в России наблюдается довольно сложная ситуации с заболеваемостью корью в России. Первые крупные вспышки были зафиксированы еще в прошлом году, с тех пор заболевание было выявлено в десятках регионах России.

**Признаки заболевания корью**

Вирус передается воздушно-капельным путем, и это одно из самых заразных заболеваний.

Можно выделить следующие признаки заболевания корью:

1. **Высокая температура:** В первые дни заболевания температура тела может подняться до 39-40 градусов и сохраняться на этом уровне в течение 4-7 дней.
2. **Кашель, насморк и конъюнктивит:** Раздражение слизистых оболочек глаз, носа и горла вызывает кашель, насморк и покраснение глаз.
3. **Копликовские пятна:** Небольшие белесые пятна на слизистой оболочке щеки, появляющиеся в 1-2 днях после начала заболевания.
4. **Сыпь:** Через 3-5 дней после начала заболевания появляется характерная сыпь, которая начинается на лице и шее, а затем распространяется на туловище, руки и ноги.

**Чем опасна корь**

Корь представляет серьезную опасность для детей и взрослых, так как может вызывать осложнения, которые ведут к тяжелым последствиям для здоровья:

* **Отит**: Воспаление среднего уха является одним из наиболее частых осложнений кори, особенно у детей младшего возраста.
* **Пневмония**: Воспаление легких может развиться как в результате самого вируса кори, так и в результате бактериальной инфекции, которая присоединяется на фоне ослабленного иммунитета.
* **Энцефалит**: Воспаление мозга - редкое, но тяжелое осложнение кори, которое может привести к нарушениям нервной системы и даже смерти.

Стоит отметить, что корь вызывает общее снижение иммунитета, когда вирус кори ослабляет иммунную систему, делая организм уязвимым для других инфекций и заболеваний. Восстановление иммунитета может занять несколько месяцев после выздоровления.

Также корь представляет особую опасность для беременных женщин, так как может вызвать преждевременные роды, недоношенность или врожденные дефекты у плода.

**Как предотвратить заражение корью**

Вакцинация является ключевым методом предотвращения кори. Согласно национальному календарю, прививка от кори в России делается детям **в 12 месяцев,**ревакцинация проводится**в 6 лет.**

Взрослым прививка обычно делается в возрасте **с 18 до 25 лет.**

Мужчины чаще всего прививаются в армии.

Также прививка обязательна для беременных женщин. Это обусловлено тем, что корь может стать причиной необратимых изменений плода и спровоцировать ранние роды.

**Если вы заболели корью**

Если вы или ваш ребенок заболели корью или вы подозреваете заболевание корью, немедленно свяжитесь с вашим врачом или медицинским специалистом. Они помогут вам установить диагноз и определить оптимальное лечение.

**Вот несколько общих рекомендаций, что делать при заражении корью:**

* **Изолируйтесь.** При первых же признаках заболевания необходимо изолироваться. Корь очень заразна, поэтому заболевшему необходимо находиться в изоляции, чтобы не передать вирус другим людям. Избегайте контактов с другими членами семьи, особенно с теми, кто не привит или имеет ослабленный иммунитет.
* **Побольше отдыхайте.** Обеспечьте достаточный отдых и питьевой режим. Отдых помогает организму справиться с инфекцией, а гидратация предотвращает обезвоживание из-за лихорадки и потери жидкости через слизистые оболочки.
* **Принимайте лекарства и препараты для лечения.** Следуйте рекомендациям специалиста. Врач может назначить лекарства для снижения температуры, облегчения кашля и уменьшения дискомфорта от сыпи. Используйте только те лекарства, которые рекомендованы врачом.
* **Увлажняйте воздух:** Использование увлажнителя воздуха может помочь облегчить симптомы, связанные с раздражением слизистых оболочек глаз, носа и горла.
* **Соблюдайте профилактику вторичных инфекций:** Соблюдайте гигиену и чистоту в помещении, где находится заболевший, чтобы предотвратить развитие вторичных бактериальных инфекций. Регулярно проветривайте комнату и смените постельное белье.
* **Правильно питайтесь.**Предоставьте заболевшему легкоусвояемую пищу, богатую витаминами и минералами, чтобы помочь организму восстановиться. Избегайте острой и жирной пищи, а также продуктов, вызывающих аллергию.