

СОГАЗ-Мед о профилактике герпеса

Герпес является самым распространённым вирусом на планете - около 95% людей являются его носителями. Попав однажды в организм, вирус внедряется в его клеточную систему и становится полноценной ее составляющей, даже после блокирования размножения и подавления острой стадии болезни. Этим объясняется тот факт, что, заразившись однажды, человек становится носителем и источником герпеса на всю жизнь. Но, как правило, клинические проявления заболевания фиксируются лишь у 20% инфицированных, в остальных случаях вирус находится в спящем, пассивном состоянии. И активизируется при определенных условиях.

Насчитывают 86 видов герпесвирусов. У человека из них встречаются восемь, передающихся различными путями: воздушно-капельным, половым, бытовым (через посуду, рукопожатие и т.д.). Обычно вирус проявляется в виде группы водянистых высыпаний на коже или слизистых оболочках.

Достаточно хорошо изучены и описаны пять типов герпесвируса человека.

Типы герпеса:

- 1 тип – вирус простого герпеса. Наиболее часто встречается лабиальная форма, проявляющийся высыпаниями в области рта;
- 2 тип – генитальный вирус, проявляющийся высыпаниями в интимных зонах;
- 3 тип – вирус Варицелла-Зостер, проявляется как ветряная оспа и опоясывающий лишай;
- 4 тип – вирус Эпштейна-Барр, проявляется как инфекционный мононуклеоз;
- 5 тип – цитомегаловирус - вызывает цитомегаловирусную инфекцию;

Главная причина заболевания активизации вируса герпеса – ослабленный иммунитет, поэтому крайне важно заботиться о его укреплении и поддержке на высоком уровне!

Развитие болезни может начаться при снижении иммунитета на фоне следующих причин:

- переутомление
- обострение хронических заболеваний
- переохлаждение
- длительный стрессовый период
- авитаминоз
- неполноценное питание, сон
- злоупотребление алкогольными напитками, курение

- длительное пребывание на солнце
- незащищенные половые связи
- необоснованный прием антибиотиков и гормональных препаратов

В качестве профилактики герпеса, рекомендуется:

- укрепление иммунитета
- повышение защитных сил организма, прием витаминов*
- правильное питание
- соблюдение правил личной гигиены
- ведение здорового образа жизни
- соблюдение режима дня
- исключение вредных привычек
- защищенные половые контакты

*Нужно отметить, что не стоит заниматься самолечением, так как это лишь снимет симптоматику.

Помните: терапию может назначить только квалифицированный специалист. Эксперты СОГАЗ-Мед рекомендуют обязательно посетить участкового врача с полисом ОМС и пройти иммунологическое обследование. По результатам диагностики будет назначено соответствующее лечение, направленное на устранения причин заболевания.

Если вы застрахованы в СОГАЗ-Мед, вы всегда можете обратиться по вопросам порядка получения медицинской помощи в рамках системы ОМС или за разъяснениями по вопросам защиты прав застрахованных в офисы компании или по телефону горячей линии 8-800-100-07-02 (звонок бесплатный), а также уточнить информацию на сайте www.sogaz-med.ru