



# РИНОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ, ОРВИ

Здоровье и благополучие – руководство для иммигрантов



Funded by  
Asylum, Migration and  
Integration Fund, AMIF,  
of the European Union



Maahanmuuttajien kotoutumisen  
edistäminen terveyden ja  
hyvinvoinnin keinoin



**TURKU AMK**  
TURKU UNIVERSITY OF  
APPLIED SCIENCES



**TURKU**



**Sateenkaari Koto**

## Что вызывает риновирусную инфекцию

### БАКТЕРИИ И ВИРУСЫ

Взрослые болеют около 1–3 раз в год

Дети болеют чаще

Пожилые – около 1 раза в год

### Симптомы:

- Боль в горле
- Чихание
- Зуд в носу
- Кашель
- Насморк
- Слабость
- Боль в мышцах
- Повышение температуры
- Симптомы обычно присутствуют 10 дней, болезнь может длиться до 3 недель

### Как происходит заражение Как можно предотвратить болезнь

Передается воздушно-капельным путем и через прикосновения.

Чихайте в рукав или носовой платок

Мойте руки

Избегайте рукопожатий

### Домашнее лечение

Можно принять противовоспалительное средство (ибупрофен) или жаропонижающее (парацетамол). Для облегчения дыхания в нос можно закапать сосудосуживающее средство в виде спрея. Рекомендуется обильное питье, особенно маленьким детям. Отдыхайте, избегайте физической нагрузки.

### Когда обращаться к врачу:

Если болезнь, которая началась с ОРВИ, сопровождается сильной усталостью и высокой температурой. Если сложно дышать. Если вы сначала пошли на поправку, а затем через неделю или две симптомы вернулись. При раздражающем кашле, который длится более трех недель.

### Источники [на финском языке]:

- Lumio, J. 2018. Flunssan eli nu-hakuumeen itsehoito. Lääkäri-kirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk01167](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01167)
- Lumio, J. 2018. Nuhakuume, flunssa. Lääkärikirja Duodecim. Kustannus Oy Duodecim. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00590](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00590)
- Terveyskylä. Hengitystieinfektiöt. <https://www.terveyskyla.fi/keuhkotalo/tietoakeuh-kosairauksista/hengitystiein-fektiot>