Автор: admin
24.02.2013 22:41 -

Герпес. Как бороться с коварными пузырьками?

Думается, бывало и у вас такое: вроде чуть промочили ноги, немного прозябли, а утром проснулись – на губах пузырьки. И когда только они успели появиться? Да, в этом-то и вся «прелесть» коварного герпеса. Многие из нас думают, что это временное и совсем не опасное высыпание на губах, которое сопровождается легким зудом и покалыванием. Это мнение не всегда справедливо: медики проблему герпеса рассматривают значительно глубже.

Впервые герпес был описан Гиппократом и в переводе с греческого означает «ползущий». Суть этой болячки и кроется в самом названии. Герпес, как и любой вирус, – внутриклеточный паразит, он поражает клетку человека, встраиваясь в неё. При каждом следующем делении клетки вирус автоматически передаётся другим её «собратьям» вместе со всей наследственной информацией.

По данным Всемирной организации здравоохранения почти всё население Земли инфицировано вирусом простого герпеса. Это, конечно же, не означает, что все поголовно больны. Просто у одних герпес дает о себе знать раз в месяц, у других – раз в полгода или год, а третьих он вовсе никогда не беспокоит. Но тем и коварен герпес, что он затаивается и ждет благоприятного момента, чтобы ударить по здоровью. Вирус герпеса годами, десятилетиями может никак не проявляться. Когда иммунитет резко понижается, инфекция активизируется. Вот почему многие называют высыпания на губах «простудой».

При заражении вирусом герпеса у человека появляется характерная для простуды боль, ломота в теле и повышенная температура. Могут увеличиться лимфатические узлы. Лихорадка на губе – завершающий этап заражения. Герпес может передаваться через поцелуи, воздушно-капельным путем, через немытые руки, столовую посуду, полотенца. После попадания в организм вирус остается там пожизненно, находясь в так называемом состоянии спячки.

В целях профилактики герпеса медики рекомендуют избегать переохлаждений, умственного и физического перенапряжения, в рацион включать пищу, богатую белками, витаминами. А чтобы обезопасить своих близких, инфицированный должен придерживаться определенных правил во время острого периода протекания герпеса: тщательно мыть руки после контакта с зараженным участком кожи, пользоваться

личными предметами гигиены и хранить их отдельно от других.

Что касается лечения герпеса, то, к сожалению, на сегодняшний день не существует препаратов, благодаря которым можно было бы полностью избавиться от заражения. Однако с его проявлениями можно справляться весьма успешно.

Неплохо при лечении герпеса помогают и некоторые **народные средства**.

1. Можно смачивать пузырьки сердечным препаратом, например, валокордином, и герпес пойдет на убыль.

2. При первых признаках рекомендуется 2-3 раза в день тщательно втирать ушную серу или сок каланхоэ в больные места. После нескольких процедурных дней болезнь проходит.

3. Как только на губе появилась «простуда», можно взять зубчик чеснока, раздавить в чесночнице, выложить на марлю, сделать тампон и натереть болячки. Жжения не возникает. Затем развести мед и яблочный уксус в соотношении 1:1, тщательно размешать и мазать высыпания 2 раза в день.

4. Не забывайте подкармливать свой организм витаминами. Бета-каротин, аскорбиновая кислота, цинк, содержащиеся в овощах, стимулируют защитные функции организма. Попробуйте приготовить овощной сок. Нужно выжать 2 свеклы, 2-3 морковки, 1 яблоко и пучок петрушки. Пить в течение дня небольшими порциями.

5. Прекрасно подойдет и сбор для повышения иммунитета. Вам понадобится корень заманихи, трава зверобоя и корни родиолы розовой – по 2 части, плоды шиповника – 4 части, трава крапивы и плоды боярышника – по 3 части. Столовую ложку измельченных компонентов залить крутым кипятком в стеклянной посуде, настаивать в течение 20-30 минут, процедить. Отвар хранить в прохладном месте не больше суток. Принимать теплым 3 раза в день по трети стакана за 20 минут до еды.

И, конечно же, не забывайте, что ставить диагноз и начинать лечение народными средствами можно только после консультации с врачом.

Автор - **Юлия Римошевская**
Источник