

Что такое герпес и как с ним бороться?

Осень, холодно, противно, сыро. Сниженный иммунитет, простуда, герпес, лихорадка. Болезнь, которая поразила в той или иной форме большую часть населения Земли, особенно любит такую промозглую и противную погоду. Мало вам промокших ног и насморка – так еще это «шикарное» украшение на губах (и хорошо, если только на губах).

Этот коварный вирус может годами не подавать признаки своего присутствия, но стоит человеку простудиться, промерзнуть, переволноваться, перенапрячься – и он расцветает во всей красе. Есть несколько разновидностей вирусов герпеса. И, если обычная лихорадка на губах ведет себя довольно смирно, появляясь только при снижении иммунитета, и приносит с собой скорее эстетические и любовные неудобства, то его собратья (герпес второго типа, или герпес половых органов, опоясывающий лишай) и другие родственники (ветряная оспа, унесшая в средневековье миллионы жизней, тоже из этой веселой семейки) могут быть куда опаснее.

Как проявляется герпес?

Болезнь обычно начинается с ярко выраженного зуда. Потом проклевываются один или несколько пузырьков, которые продолжают чесаться. Через несколько дней (при хорошем иммунитете) пузырьки начинают подсыхать и покрываются корочкой. Если будете расчесывать остатки пузырьков – заработаете новые. В среднем, в течение 7-10 дней пузырьки все еще остаются влажными. В этот период они очень заразны. Поэтому если не хотите наградить ими любимого или ребенка – хватит целоваться и пользоваться общими предметами гигиены. Кстати, исключить возможность заражения в тот момент, когда проявления герпеса полностью отсутствуют, также нельзя. Многие люди могут годами быть носителями инфекции и при этом даже не подозревать об этом.

Как идентифицировать болезнь?

Если вы еще сомневаетесь в том, что группа пузырьков на губе – действительно «простуда» или уже хотите знать, насколько вирус силен в вашем организме, сдайте анализ на антитела, большинство лабораторий не требует направлений. А затем ваш путь идет прямо к врачу. Только не думайте, что герпетолог – специалист по герпесу, этот специалист занимается исключительно змеями. Вам лучше направиться к иммунологу или инфекционисту. Вылечиться полностью невозможно, но избавиться от герпеса надолго – вполне реально. Иметь такое украшение на губах раз в 2-3 года или каждый месяц – это, как у нас говорят, две большие разницы. Для этого придется

пройти курс иммунотерапии или вакцинации. Прием витаминов или цинкосодержащих препаратов тоже будет не лишним.

Когда проявляется герпес?

Кстати, герпес может поражать не только губы, но и любые другие слизистые. Обычная лихорадка проявляется только при сниженном иммунитете, когда вы переохладились, перегрелись, простужены или болеете чем-то еще. А перепады температуры такие пузырьки просто обожают. Так что если вы, например, поклонник бани и холодного бассейна после нее, а на губах уже проклевываются первые вестники инфекции, можете продолжать закаляться таким же образом, лихорадка проявится у вас во всей красе.

Что делать?

На ранней стадии заболевания (когда еще нет внешних проявлений, но уже есть зуд) можно пользоваться противогерпетическими препаратами, например ацикловиром, зовираксом, герпевиром – пусть врач поможет вам выбрать именно то, что подходит больше всего. Эфирные масла бергамота, эвкалипта, лаванды также могут быть эффективными – ими можно смочить кусочек ватки и периодически смазывать пузырьки. Ни в коем случае нельзя пытаться отирать образовавшуюся корочку – хуже будет, болезнь затянется, могут появиться еще и новые пузырьки, в открытые ранки может попасть вторичная инфекция. Также можно подсушить высыпания кашицей из чеснока и меда, если не боитесь отпугнуть окружающих. Зато уж целоваться с вами они теперь точно не полезут.

Предостережения.

Пока герпес только на губах – радуйтесь, что он только там. Герпес очень заразен. Обязательно мойте руки дезинфицирующим раствором или мылом после прикосновения к губам, никогда не прикасайтесь к глазам, если только что расчесали пузырьки. Если носите контактные линзы – не пытайтесь увлажнить их перед одеванием слюной. Заведите себе отдельные предметы гигиены, не пытайтесь воспользоваться косметикой – возможно, это оградит вас не только от герпеса. Заботьтесь о своем иммунитете (кто же, если не вы?) и будьте здоровы!

Автор - **Надежда Руби**

[Источник](#)