

Менингит обычно развивается в результате заражения различными инфекциями. Бактерии или вирусы, являющиеся потенциальными возбудителями менингита, могут распространяться при кашле, чихании, поцелуях, обмене столовыми приборами, зубными щетками или сигаретами. Риск заражения повышается, если вы живете или работаете с кем-то, кто болен менингитом.

Для профилактики менингита:

- ✓ **Мойте руки.** Тщательное мытье рук очень важно, чтобы избежать заражения. Научите своих детей часто мыть руки, особенно перед едой, после пребывания в общественном месте, а также после того, как они прикасались к животным.
- ✓ **Следите за своим здоровьем.** Поддерживайте вашу иммунную систему, нормально отдыхая, регулярно занимаясь спортом и придерживаясь здоровой диеты, богатой свежими фруктами, овощами и цельнозерновыми.
- ✓ **Прикрывайте рот, когда кашляете или чихаете.** Это простое правило, которого должны придерживаться люди, заботящиеся о себе и о других.

Менингит – это воспалительный процесс в оболочках головного и спинного мозга. Существует 3 вида воспаления:

лептоменингит – это воспаление мягкой и паутинной мозговой оболочки (он может появиться у любого человека в любом возрасте, но особенно часто он поражает маленьких деток);

пахименингит – это воспаление твердой мозговой оболочки;

арахноидит – это воспаление паутинной оболочки.

Причины менингита.

Менингит возникает вследствие проникновения в организм болезнетворных микроорганизмов, бактерий, вирусов и простейших.

В зависимости от причин возникновения менингиты бывают такими:

- ✓ серозные (сифилитические, туберкулезные);
- ✓ гнойные (стафилококковые, менингококковые, стрептококковые);
- ✓ вирусные (вызваны энтеровирусами, вирусами герпеса, эпидемического паротита, гриппа);
- ✓ вызванные простейшими и грибами (серозные или гнойные).

Симптомы менингита.

Любая форма менингита проявляется менингеальным (оболочечным) синдромом, который имеет ряд признаков:

- ✓ **Головная боль.** Она появляется в результате раздражения чувствительных окончаний тройничного нерва и нервных окончаний, которые иннервируют оболочки головного мозга.
- ✓ **Симптом Кернига.** Больной не может разогнуть ногу в коленном суставе, которая была предварительно согнута под прямым углом в тазобедренном или коленном суставах.
- ✓ **Верхний симптом Брудзинского.** Когда больной пытается привести голову к груди в положении лежа, у него непроизвольно сгибаются ноги в коленных суставах.
- ✓ **Нижний симптом Брудзинского.** Если попытаться разогнуть ногу в коленном суставе, вторая нога согнется в колене и приведется к животу.
- ✓ **Рвота фонтаном.** Она возникает после приема пищи и связана с раздражением рвотного центра, который расположен в головном мозге.
- ✓ **Повышенная чувствительность** к световым и звуковым раздражителям.
- ✓ **Общая кожная гипертензия.**
- ✓ **Характерная поза.** У больного запрокинута голова, живот втянут, туловище вытянуто, ноги подтянуты к животу, руки прижаты к груди. Она появляется в результате судорожного рефлекторного сокращения мышц и называется еще менингеальной позой («поза «взведенного курка» или «лягавой собаки»). Голова больного запрокинута в результате ригидности затылочных мышц.

Осложнения менингита:

- ✓ судорожные припадки;
- ✓ глухота;
- ✓ нарушение умственного развития у детей.

Диагностирование и лечение менингита.

Чтобы диагностировать менингит, необходимо провести спинномозговую пункцию (прокол в области позвоночника и взятие спинномозговой жидкости). При гнойных менингитах наблюдается повышение давления цереброспинальной жидкости. Спинномозговая жидкость при этом мутная и зеленоватого оттенка. Во время серозного менингита спинномозговая жидкость бесцветная и прозрачная. Большое

количество лейкоцитов при нормальном уровне белка имеет основное диагностическое значение при менингите.

Лечат менингит антибиотиками и противовирусными средствами. Противоотечную терапию проводят с использованием стероидных препаратов.

Профилактика менингита.

Менингит могут вызвать различные бактерии, вирусы, и даже грибки. До сих пор не придумали универсальное средство, которое помогло бы защитить человечество от менингита, но с помощью вакцинации и при соблюдении мер предосторожности, риск заболевания можно уменьшить. Профилактика менингита зависит от состояния здоровья больного, его возраста и от окружающей среды. Рассмотрим различные варианты, из которых каждый сможет выбрать себе приемлемую профилактику этого заболевания.

Категории риска:

Менингитом может заболеть каждый — от этого невозможно застраховаться. Но исследования в медицине показали, что есть определенные возрастные категории, в которых люди наиболее подвержены этому заболеванию. **Это дети до 5-ти лет, молодые люди в возрасте от 16-ти до 25-ти лет, пожилые люди старше 55-ти лет.**

К менингиту могут привести и такие заболевания и нарушения, как разрыв селезенки, болезни иммунной системы, хронические заболевания и т.д.

Некоторые возбудители менингита способны передаваться и окружающим. Поэтому чаще всего вспышки менингита можно заметить в местах, где находится много людей.

Но если вы находитесь в каком-то факторе риска, то не стоит паниковать – это еще не верный признак того, что вы заболите менингитом. Это достаточно нераспространенное заболевание, поэтому правильная и регулярная профилактика менингита поможет защитить ваш организм от этой болезни.