Грипп. А нужно ли делать прививку?

 Грипп – одно из самых опасных вирусных заболеваний. Начинается он внезапно с резкого недомогания. Температура – около 40°С. Больной жалуется на головную боль, слабость, отсутствие аппетита, боль в мышцах, сухой кашель. Нос, обычно, не заложен. Грипп опасен осложнениями, такими, как воспаление легких, отит, осложнения в работе нервной и сердечно-сосудистой систем. При первых симптомах этого заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

 Грипп – это 5% от всех ОРВИ.

По данным ВОЗ и НИИ Гриппа МЗ РФ, грипп поражает ежегодно 4-20% населения (5%-10% взрослых и 20%-30% детей). Грипп, действительно, встречается реже, чем другие респираторные вирусные инфекции (например, риновирусные, аденовирусные, парагрипп, РС-вирус). Но протекает грипп намного тяжелее, чаще вызывает развитие осложнений (среди них - пневмония, отит, менингит, синусит, миозит и рабдомиолиз). Несмотря на высокий уровень развития медицины, даже сейчас в мире продолжает регистрироваться до 1 миллиона случаев смерти от гриппа ежегодно! Особенно уязвимы дети, пожилые и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астма, сахарный диабет, заболевания сердца).

Кроме того, вирус гриппа обладает способностью мутировать, менять свои свойства. Если вирус, поражающий людей, обменивается генетическим материалом с вирусом, циркулирующим только среди животных (как в случае с «птичьим» и «свиным» гриппом), появляется вирус с новыми свойствами, незнакомый иммунной системе человека. В таких случаях могут возникать так называемые пандемии, когда заболевает огромное количество людей по всему миру, заболевание протекает тяжело и летальные исходы регистрируются в 3-4 раза чаще, чем в период ежегодной эпидемии гриппа.

 Вакцина гриппа делается на основе предсказаний ВОЗ о мутации вируса. Как она может защитить от реального вируса?

По инициативе ВОЗ создана Глобальная система надзора за гриппом (GISN), объединяющая Национальные центры гриппа (их более 100 по всему миру) и 5 центров сотрудничества ВОЗ (WHO CCs). Эти организации ежегодно исследуют 150 000 – 200 000 образцов (мазков слизистых оболочек дыхательных путей). В специализированных лабораториях Национальных центров гриппа производится изоляция, культивация вирусов, изучение их антигенной и генетической структуры. В исследованиях на животных проводится изучение антител, которые вырабатывает организм в ответ на внедрение вирусов этого года. Таким образом, можно определить, отличаются ли эти вирусы по своим характеристикам от прошлогодних, понять общую тенденцию изменчивости сезонных вирусов гриппа и создать эффективную вакцину.

Кроме того, в центрах сотрудничества ВОЗ и крупнейших лабораториях по изучению гриппа ежегодно проводится определение выработки антител у привитых людей. Так можно получить ответ на вопрос, обеспечивают ли вакцины на основе вирусов, циркулировавших в предыдущие годы, достаточный иммунный ответ на новейшие типы вирусов.

 Главный способ предупредить грипп — вакцинироваться.

 Согласно рекомендациям ВОЗ, все противогриппозные вакцины сезона 2017 / 2018 содержат следующие штаммы вирусов гриппа типов А и В:

Штамм №1: А/Mochigan/45/2015 (H1N1) pdm09 - подобный вирус

Штамм №2: А/Hong Kong/4801/2014 (H3N2) - подобный вирус

Штамм №3: В/Brisbane/60/2008 - подобный вирус

Примечание: Штаммы обновлены в период 2017-2018 г.

Следует помнить:

• прививка против гриппа защищает только от гриппа и не защищает от других ОРЗ / ОРВИ и птичьего гриппа; вакцинация против гриппа является только частью комплексной профилактики “простудных” заболеваний в осенне-зимний сезон, она не исключает необходимости проведения других профилактических мероприятий и не снижает частоту заболеваемости другими ОРВИ у конкретного человека;

• прививка НЕ может способствовать более частым простудам в последующем и снижению иммунитета;

• вводимая вакцина НЕ может вызвать заболевание и НЕ может способствовать более тяжелому течению гриппа и других ОРВИ;

• привитой человек НЕ является заразным для окружающих;

• после прививки НЕ может быть кашля, насморка или диареи (поноса);

• развитие какого-либо заболевания в раннем или отдаленном периоде после прививки НЕ говорит о том, что это заболевание спровоцировано или вызвано вакциной; одна только временная связь с прививкой не может быть доказательством нанесенного вреда вакциной.

Как уберечься от гриппа:

-избегать контакта с людьми, у которых есть проявления болезни;

-если у человека есть симптомы гриппа, необходимо находиться от него на расстоянии не меньше двух метров;

-ограничить посещения мест большого скопления людей;

-часто проветривать помещения;

-часто мыть руки с мылом;

-не прикасаться к глазам, носу или рту немытыми руками;

-избегать объятий, поцелуев и рукопожатий;

-прикрывать нос и рот при чихании и кашле одноразовой салфеткой, которую -после использования сразу же нужно выбросить;

- полноценно питаться, высыпаться, избегать переутомления;

-избегать переохлаждения.

Что не помогает при гриппе:

-Иммуномодуляторы не работают,

-оксолиновая/вифероновая мази не работают,

-ношение масок здоровыми людьми - не помогает,

-чеснок на шее - не работает,

- комнатные кварцеватели почти не помогают.

 Все это - просто проявление низкой информированности населения.

 Риск заражения и осложнений гриппа можно снизить ТОЛЬКО:

-вакцинацией,

-гигиеной (обработка рук спиртовыми антисептиками, использование только бумажных платков, чихание в локоть, а не в ладони и т.д.)

- избеганием посещения людных мест во время эпидемии.

Противовирусные препараты: (согласно рекомендации по профилактике и борьбе с гриппом у детей, 2017 - 2018 годы комитета по инфекционным заболеваниям USA):

«Противовирусные препараты важны, но не являются заменой вакцинации против гриппа. Ингибиторы нейраминидазы (NAIs) осельтамивир и ингаляционный занамивир являются единственными противовирусными препаратами, которые рекомендуются для химиопрофилактики или лечения гриппа у детей сезона 2017-2018 гг. Внутривенный перамивир, третий NAI, был лицензирован в декабре 2014 года для использования у взрослых 18 лет и старше и в настоящее время изучается для применения у детей. Внутривенный занамивир остается не одобренным в Соединенных Штатах.».

Данные препараты эффективны лишь при их использовании в первые 24-48 часов от начала заболевания.

 Зинамивир (Реленза):

 инструкция

Показания: Грипп типа А и В у взрослых и детей старше 5 лет (лечение и профилактика).Противопоказания: Гиперчувствительность, беременность (I триместр), период лактации, детский возраст (до 5 лет).

 В настоящее время в аптеках РБ нет

 Осельтамивир (Тамифлю):

 инструкция

Показания: Грипп (типа А и В), лечение и профилактика

Противопоказания: Гиперчувствительность, ХПН (КК менее 10 мл/мин), печеночная недостаточность.

С осторожностью. Детский возраст до 1 года, беременность, период лактации.

Стоимость в РБ от 48-68 рублей за 10 капсул. Горки- 51 рубль.

Таким образом, вакцинация, является в настоящее время, пожалуй, единственным доказанным эффективным средством профилактики гриппа.

Пожалуйста, не отказывайтесь от вакцинации без веских причин, разве что в пользу более качественной вакцины**.**

Вакцинация является не полной, но лучшей из всех возможных, защитой вашей семьи от эпидемии гриппа.

Вакцинация против гриппа рекомендована в течение сентября, октября, ноября. Детям с 6 месяцев до 3 лет первую прививку от гриппа рекомендуется сделать до конца октября, т.к. эти дети должны обязательно получить вторую вакцину через 4 недели, чтобы закончить полную вакцинацию. Тем не менее, в рекомендациях, сроки окончания вакцинации против гриппа точно не регламентированы, т. к. в каждом регионе начало подъема заболеваемости гриппом разная.

Более полную информацию по вопросам вакцинации против гриппа, особенностей предстоящей эпидемии гриппа, Вы можете получить при посещении поликлинике УЗ «Горецкая ЦРБ» перед проведением прививки.

Заведующий педиатрическим отделением А.М.Маргунский.