

Готовимся к сезону заболеваемости гриппом заранее!

Скоро зима. Как правило на конец января начало февраля всегда приходится сезонный подъем заболеваемости гриппом.

Что такое грипп и какова его опасность?

Грипп — это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек.

Обычно грипп начинается внезапно. Возбудители гриппа, вирусы типов А и В, отличаются агрессивностью и исключительно высокой скоростью размножения, поэтому за считанные часы после заражения вирус приводит к глубоким поражениям слизистой оболочки дыхательных путей, открывая возможности для проникновения в неё бактерий.

Среди симптомов гриппа — жар, температура 37,5–40 °С, головная боль, боль в мышцах, суставах, озноб, усталость, кашель, насморк или заложенный нос, боль и першение в горле.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьёзнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов.

Грипп имеет обширный список возможных осложнений:

Лёгочные осложнения (пневмония, бронхит). Именно пневмония является причиной большинства смертельных исходов от гриппа.

Осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит).

Осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит).

Осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

Кроме этого при гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания:

- ***в 3 раза возрастает риск госпитализации при гриппе у больных диабетом;***
- ***в 5 раз возрастает риск обострения сердечно-сосудистых заболеваний (инфаркт) после перенесенного гриппа и ОРВИ;***
- ***в 3 раза чаще возникает инсульт в течение 3 дней после перенесенного гриппа и ОРВИ.***

Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и своевременно лечить само заболевание.

Как защитить себя от гриппа?

Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация, ведь именно вакцина обеспечивает защиту от тех видов вируса гриппа, которые являются наиболее актуальными в данном эпидемиологическом сезоне и входят в её состав.

Введение в организм вакцины не может вызвать заболевание, но путём выработки защитных антител стимулирует иммунную систему для борьбы с инфекцией. Эффективность вакцины от гриппа несравнимо выше всех неспецифических медицинских препаратов, которые можно принимать в течение

зимних месяцев, например иммуномодуляторов, витаминов, гомеопатических средств, средств «народной медицины» и так далее.

Вакцина против гриппа предназначена для защиты именно от вирусов гриппа, но в то же время прививка от гриппа позволяет получить еще и перекрестный иммунитет от других острых респираторных инфекций. **Благодаря этому, иммунная система примерно 20-25 человек из 100 привитых приобретает дополнительную защиту и от других респираторных вирусных инфекций.**

Вакцинация рекомендуется всем группам населения, но особенно показана детям начиная с 6 месяцев, людям, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, а также лицам из групп профессионального риска — медицинским работникам, учителям, студентам, работникам сферы обслуживания и транспорта.

Особую группу риска, на которой необходимо остановиться отдельно, составляют беременные женщины, особенно во втором и третьем триместрах беременности. Анализ заболеваемости прошлых лет показывает, что большая часть здоровых беременных женщин с диагнозом грипп нуждается в госпитализации по причине тяжелого течения заболевания и тяжелых осложнений. Поэтому Всемирная Организация Здравоохранения и Министерства здравоохранения разных стран мира настоятельно рекомендуют всем беременным женщинам пройти вакцинацию против сезонного гриппа инактивированной (убитой) вакциной.

Цель вакцинации — не полная ликвидация гриппа как инфекции, а снижение заболеваемости и, особенно, его осложнений, уменьшение числа обострений и отягощений сердечно-сосудистых, легочных заболеваний и иной хронической патологии.

Насколько надежная защита выработается после вакцинации, зависит от многих факторов, в т.ч. возраста и состояния здоровья пациента, индивидуальных особенностей и т.д. Но в среднем из 100 привитых 70-98 человек не заболеют гриппом. Если все же привитой человек и заболеет гриппом, то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений.

Каждый ищет ответ на вопрос: прививаться ли именно мне, моему ребенку? Многие считают, что приходя домой и закрыв дверь, можно надежно отгородиться от всех проблем. Мало кто задумывается о том, что эпидемия любого заболевания на то и эпидемия (массовое распространение инфекционного заболевания), что касается всех и каждого.

Вакцинация всегда была делом массовым, ведь она имеет смысл только лишь тогда, когда иммунитет против заболевания есть у большей части населения (коллективный иммунитет). Чем больше привитых (защищенных от гриппа), тем ниже вероятность заноса и распространения вируса в коллективе (среди работающих, детей). Таким образом, возбудитель лишается «основы» для распространения.

От многих можно услышать: «прививка от гриппа мне ни к чему, она нужна только маленьким детям, ослабленным больным да старикам. А я взрослый здоровый человек с сильным иммунитетом, ну поболее недельку, ничего со мной не случится». Но, как показала статистика последних лет, именно у молодых и здоровых грипп H1N1 вызывал тяжелые осложнения. Кроме этого, мы не вспоминаем о соседях по лестничной площадке с маленьким ребенком, инвалида, который ехал с нами в автобусе, пенсионеров в очереди в аптеке. **А ведь грипп**

это респираторное заболевание, которое передается от человека к человеку практически мгновенно. Возможно, относясь небрежно к собственному здоровью, вы навредили тем, кто вокруг вас.

Чтобы получить максимальный результат в рамках своей семьи, нужно привить всех ее членов, включая детей старше 6 мес. Чтобы получить максимальный результат в рамках коллектива — то же самое.

Решение за ребенка относительно необязательных прививок принимают родители. Помните, что это решение действительно важно. **Только вы отвечаете за жизнь и здоровье вашего ребенка.** Принимайте решение взвешенно, а не под влиянием СМИ. В любом случае, научите ребенка кашлять и чихать, прикрывая рот рукой, выдайте ему одноразовые салфетки вместо тканевого платка, приучите почаще мыть руки и не притрагиваться руками к лицу.

Вирусы гриппа мутируют из года в год, поэтому **необходима ежегодная вакцинация против гриппа**, чтобы предотвратить болезнь.

Лучше всего прививаться от гриппа осенью: в сентябре – ноябре, до начала сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ. **В течение 2-3 недель после вакцинации сформируется защитный уровень антител против вирусов гриппа**, который обеспечивает защиту от заболевания гриппом в течение 6-12 месяцев, затем антитела разрушаются.

В 2018 году для иммунизации против гриппа будет использоваться вакцина «Гриппол плюс» производства Российской Федерации, «Инфлювак», произведенная в Нидерландах, «Ваксигрип» производства Франции. В область вакцины поступят в середине сентября.

Все применяемые в Могилевской области в 2018 году противогриппозные вакцины зарегистрированы Министерством здравоохранения Республики Беларусь, имеют опыт применения не только в нашей стране, но и за рубежом.

Два из трех вариантов вирусов гриппа, входящих в состав вакцины в 2018 году - новые. Это означает, что **в эпидемическом сезоне 2018-2019 гг. будет циркулировать два неизвестных нашей иммунной системе вируса гриппа.** И это ещё один аргумент в пользу вакцинации. Мы можем с помощью вакцины «познакомить» и «подготовить» к встрече наш организм с этими новыми вариантами вируса гриппа.

Характеристика используемых вакцин:

- могут использоваться для вакцинации детей с 6 месячного возраста, беременных и ВИЧ-инфицированных лиц.
- инактивированные вакцины не содержат живых вирусов, а только части вируса, по которым иммунная система распознает вирус.
- Адьювантная формула с полиоксидонием в составе вакцины «Гриппол плюс» позволяет снизить количество антигенов в три раза, уменьшает белковую нагрузку на организм, усиливает иммунный ответ у иммунологически незрелых лиц, усиливает скорость развития и длительность иммунного ответа, повышает безопасность вакцины.

Противопоказаний к вакцинации от гриппа немного. Прививку против гриппа нельзя делать при острых лихорадочных состояниях, в период обострения хронических заболеваний, при повышенной чувствительности организма к яичному белку (если он входит в состав вакцины).

Где можно сделать профилактическую прививку против гриппа?

Бесплатно:

- в территориальной поликлинике при наличии показаний;

- за счет средств, выделенных нанимателем для вакцинации своих работников, на здравпункте предприятия;

Платно:

- в любой поликлинике, после заключения договора на платные услуги.

Кто может получить профилактические прививки против гриппа бесплатно?

В соответствии с Национальным календарем профилактических прививок бесплатное проведение прививок против гриппа предусмотрено следующим группам:

- детям в возрасте от 6 месяцев до 3 лет;
- детям в возрасте от 3 лет и взрослым с хроническими заболеваниями;
- школьникам;
- лицам с иммуносупрессией;
- лицам в возрасте старше 65 лет;
- беременным;
- медицинским работникам;
- детям и взрослым, находящимся в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания;
- работникам государственных органов, обеспечивающим безопасность государства и жизнедеятельность населения.

**ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ И О ЗДОРОВЬЕ СВОИХ БЛИЗКИХ.
Подготовьтесь к сезонному подъему заболеваемости гриппом заранее.
Не упустите возможность сделать прививку от гриппа в течении
сентября-ноября месяцев 2018года!**

Заведующий отделом эпидемиологии
УЗ «Могилевский облЦГЭиОЗ»

Н.Ф.Морозова