

На здоровье!

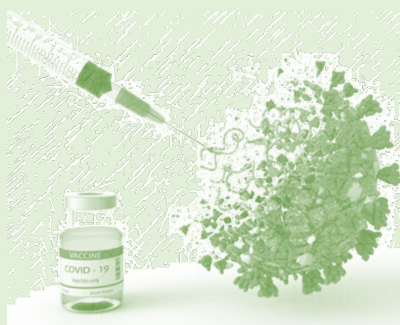


Информационный выпуск
Государственное учреждение «Светлогорский зональный центр
гигиены и эпидемиологии»

12–2023

Электронная рассылка

Профилактика острых респираторных вирусных инфекций



В этом выпуске:

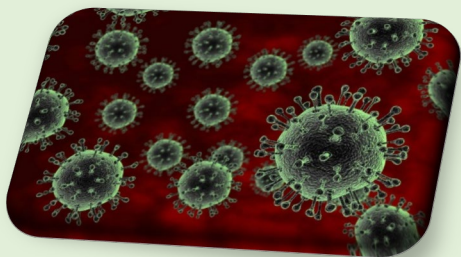
1. Какие микроорганизмы вызывают грипп?стр. 2
2. Источник инфекции – больной гриппом человекстр. 2
3. Клиника гриппастр. 2
4. Какие возможны осложнения при гриппе?стр. 3
5. Вакцинация против гриппа. Противопоказаниястр. 3
6. Коронавирусная инфекциястр. 4
7. Вакцинация против коронавирусной инфекции.
Противопоказаниястр. 4
8. Если Вы не успели своевременно сделать прививку
против гриппастр. 4
9. Если избежать ОРВИ не удалосьстр. 5

Острые респираторные вирусные инфекции (далее ОРВИ) и грипп продолжают оставаться самыми массовыми инфекционными заболеваниями.

В настоящий момент в основном циркулируют аденовирусы, риновирусы, вирусы парагриппа, смешанные инфекции, а также коронавирусы.

Грипп – одна из наиболее агрессивных форм респираторных инфекций. **Грипп непредсказуем, протекает тяжело, может вызвать серьезные осложнения**, включая пневмонию.

Какие микроорганизмы вызывают грипп?



Грипп вызывают вирусы. Есть два основных типа вирусов гриппа - А и В, они отличаются по генетическому составу. Вирусы гриппа типа А может вызывать как легкое, так и тяжелое заболевание, поражает как людей, так и животных. Вирусы гриппа типа В воздействует только на людей, прежде всего детей.

Источник инфекции – больной гриппом человек. Заразиться гриппом легко – при контакте с больным человеком. Ввиду высокой заразительности вирусы с мельчайшими капельками слюны при кашле, чихании и даже разговоре распространяются очень быстро, вызывая массовые заболевания среди людей.

Клиника. Грипп начинается остро с резкого подъема температуры (до 38-40 °С) с сухим кашлем или першением в горле и сопровождается симптомами общей интоксикации: ознобом, болями в мышцах, головной болью, болью в глазных яблоках; насморк обычно начинается спустя 3 дня после снижения температуры тела. Кашель может сопровождаться болью за грудиной.



Какие возможны осложнения при гриппе?

Грипп представляет большую опасность из-за развития серьезных осложнений, особенно у детей до 5 лет, беременных женщин, лиц с хроническими заболеваниями сердца, легких, для больных сахарным диабетом и для лиц старше 60 лет и других. Наиболее частым осложнением гриппа является бактериальная пневмония. Вирусная пневмония случается реже, но имеет более неблагоприятные последствия.

Другие осложнения включают фебрильные судороги, миокардит, обострение легочных заболеваний, менингит или энцефалит.

Особенно частые осложнения гриппа у детей - острый отит среднего уха, а бронхит у грудных детей и детей младшего возраста.

Вакцинация населения против гриппа.

Заболеть гриппом могут люди даже с самым крепким иммунитетом. Это связано, во-первых, с мутацией вируса, то есть каждый год организм оказывается «лицом к лицу» с новыми вариантами вирусов. Вторая причина заключается в исключительно высокой скорости размножения вирусов и распространения инфекции среди людей.

Единственным научно обоснованным методом борьбы с гриппом является специфическая профилактика – вакцинопрофилактика.

В этом году для проведения вакцинации против гриппа используются следующие вакцины:

«Вакцина для профилактики гриппа (инактивированная)» (страна производитель – Россия, Санкт-Петербург);

«Ваксигрипп Тетра» (страна производитель – Франция);

«Совигрипп» (страна производитель – Россия).

Все вакцины содержат штаммы вируса гриппа, рекомендованные Всемирной организацией здравоохранения.

«Вакцина для профилактики гриппа (инактивированная)» и вакцина «Совигрипп» содержат 3 штамма вируса гриппа (два варианта вируса А и вариант вируса В);

4-х валентная сплит-вакцина «Ваксигрипп Тетра» содержит 4 штамма вируса гриппа (два варианта вируса А и 2 варианта вируса В).

После вакцинации иммунитет развивается через 21 день и обеспечивает защиту от заболевания гриппом в течение 6-12 месяцев.

Вакцина против гриппа предназначена в первую очередь, для защиты именно от вирусов гриппа, а не от других респираторных вирусов. После вакцинации или перенесенного гриппа в организме формируются защитные антитела, однако они сохраняются чуть более полугода.

Вакцинация современными гриппозными вакцинами защищает от заболевания гриппом около 90% здоровых детей и взрослых, а также позволяет предотвратить тяжелые последствия гриппа.

Противопоказания. К временным противопоказаниям относятся острые заболевания или обострения хронических заболеваний. После нормализации температуры (по окончании острого заболевания) или вступления хронического заболевания в стадию ремиссии можно вакцинироваться.

К постоянным противопоказаниям относятся тяжелая аллергическая реакция на составляющие компоненты вакцин, в том числе белок куриных яиц.

Коронавирусная инфекция. По данным Министерства здравоохранения в стране циркулирует штамм «омикрон». Нового штамма COVID-19 выявлено не было.

Коронавирусная инфекция у заболевших протекает в основном в легкой и средней формах тяжести. У людей с избыточным весом, ожирением, с хроническими заболеваниями и у людей старше 65 лет инфекция COVID-19 может протекать в тяжелой форме, с осложнениями.

Рекомендуется вакцинация людям пожилого возраста, беременным женщинам, молодым взрослым с тяжелыми хроническими болезнями, ожирением, именно у них чаще всего развиваются осложнения.

Вирус мутировал, расчетные значения эффективности вакцин к варианту «омикрон» снизились, но применяемые вакцины продолжают защищать от тяжелой формы заболевания и осложнений.

Тактика вакцинации включает основную (первичную) вакцинацию и бустерную вакцинацию. После вакцинации создается определенный титр антител к коронавирусу и формируется иммунная клетка. И, чтобы поддержать на высоком уровне титр антител необходима бустерная вакцинация (поддерживающая), которая проводится через 6 и более месяцев после законченной основной (первичной) вакцинации или ранее проведенной бустерной вакцинации. Прививка учит иммунную систему распознавать вирус и бороться с ним.

Целесообразно соблюдать минимальный интервал в 2 недели между введением вакцины против COVID-19 и вакцины против гриппа.

Если нет противопоказаний, допустима вакцинация в один день против COVID-19 и против гриппа (за исключением живых вакцин), в разные участки тела, разными шприцами.

Противопоказания. К временным противопоказаниям относятся острые заболевания или обострения хронических заболеваний. После нормализации температуры (по окончании острого заболевания) или вступления хронического заболевания в стадию ремиссии можно вводить вакцину.

К постоянным противопоказаниям относятся тяжелая аллергическая реакция на составляющие компоненты вакцин, в том числе белок куриных яиц.

Если Вы не успели своевременно сделать прививку против гриппа и против коронавирусной инфекции, то в период подъема заболеваемости необходимо выполнять следующие рекомендации:

при чихании и кашле соблюдайте «респираторный этикет». Используйте салфетку или кашляйте в изгиб локтя;

используйте защитные маски при контакте с больным человеком. Носите маску, если Вы нездоровы;

избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, кашляют и чихают;

старайтесь избегать мест массового скопления людей, либо сократите время пребывания в многолюдных местах; соблюдайте социальное дистанцирование; соблюдайте гигиену рук – чаще мойте руки водой с мылом или используйте средства для дезинфекции рук на спиртовой основе.

старайтесь не прикасаться руками ко рту и к носу;

чаще проветривайте помещения, проводите увлажнение воздуха в квартире любыми способами;

придерживайтесь здорового образа жизни: полноценный сон, рациональное питание, физическая активность, регулярные прогулки на свежем воздухе.

И, если все же избежать гриппа (или другого ОРВИ) не удалось, то не стоит заниматься самолечением.

Необходимо обращаться к специалистам, все лекарственные препараты применять **ТОЛЬКО** по назначению врача, и ни в коем случае, не «переносить инфекцию на ногах»! Это опасно не только для заболевшего, но и является мощным источником распространения вирусов среди населения.

*Якуш С.М.,
врач-эпидемиолог (заведующий)
отдела эпидемиологии*

Издатель: Отделение ОЗ и СГМ
государственного учреждения «Светлогорский зональный центр гигиены
и эпидемиологии»

Ответственный за выпуск: Войтешонок Наталья Ивановна
врач по медицинской профилактике (заведующий) отделения ОЗ и
СГМ