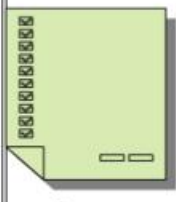
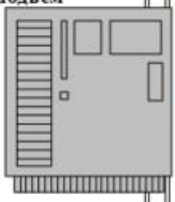


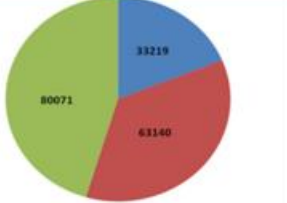



10 актуальных вопросов по вакцинопрофилактике гриппа

Вы знаете, что такое грипп? Какая вакцина против гриппа лучше? Что надо делать, чтобы не заболеть гриппом?

Грипп – острая вирусная инфекция, которая не имеет себе равных по скорости глобального распространения, приводя к эпидемиям и пандемиям. Вирусы гриппа циркулируют во всем мире, гриппом может заболеть любой человек независимо от пола, возраста и расы.

| | | | |
|--|---|--|---|
| ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ ГРИППА в г. Витебске и Витебском районе | Период вакцинации  октябрь ноябрь | сезонный подъем  январь февраль | Вакцины ГРИППОЛ ПЛЮС (Россия)  БЕСПЛАТНО  ▶ детям ▶ людям с хроническими болезнями и риском развития осложнений ▶ работникам здравоохранения, МЧС и другим |
| | ПЛАН ВАКЦИНАЦИИ  | | ВОЗМОЖНАЯ РЕАКЦИЯ ▶ повышение температуры ▶ головная боль ▶ уплотнение в месте введения вакцины |
| | | ГАРАНТИЯ Вакцина НЕ дает 100% защиты от вирусов, НО предохраняет от осложнений | ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ аллергия на белок куриных яиц |
| | | -Ваксигрипп - (от 10,4 до 13,47 УЗ ВГКП №3, УЗ ВОДКЦ) -Ваксигрипп тетра - 18,25 -Инфлювак - 11,59 | ИММУНИТЕТ  ▶ вырабатывается в течение 2-3 недель ▶ держится ~24 недели |

Начиная с 1900 года, в мире произошло четыре пандемии гриппа. Самой опустошающей была пандемия гриппа, начавшаяся в Испании (легендарная «испанка»), поразившая около 50% населения Земного шара и приведшая к гибели, по разным оценкам, от 20 до 50 миллионов человек по всему миру (1918-1919 гг.). Практически равной «испанке» по распространению стала «Азиатская пандемия» гриппа, зародившаяся в Китае, но при ней погибло несравнимо меньше людей – около 2 миллионов человек (1956-1957 гг.). Следующая пандемия, которая унесла около 500 тысяч человеческих жизней, началась в Гонконге и охватила все континенты в течение полутора лет (1968-1969 гг.). Последней, на данный момент времени, стала пандемия «свиного» гриппа (2009-2010 гг.).

По оценкам Всемирной организации здравоохранения ежегодные эпидемии гриппа приводят к 3 - 5 миллионам случаев тяжелой болезни и 250 - 500 тысячам случаев смерти во всем мире.

Сезонный и пандемический грипп опасен для всех, но **максимальному риску** развития неблагоприятных последствий подвергаются беременные

женщины, дети в возрасте от 6 месяцев до 3-х лет, люди старше 65 лет, пациенты с хроническими заболеваниями, а также медицинские работники.

Существует три типа сезонного вируса гриппа — А, В и С, которые циркулируют постоянно во всем мире. Вспышки и эпидемии вызывают вирусы гриппа А и В, которые отличаются агрессивностью, изменчивостью и крайне высокой скоростью размножения. Вирус гриппа типа С выявляется гораздо реже и обычно вызывает легкие инфекции.

Заболевание **распространяется** воздушно-капельным путем, вирусные частицы по воздуху передаются от зараженного человека к здоровому во время разговора, кашля и чихания, что особенно опасно при нахождении в одном помещении с заболевшим (кабинет, общественный транспорт, места с большим скоплением людей). Также вирус легко распространяется посредством рук и через инфицированные поверхности.

Устойчивость вируса гриппа во внешней среде невелика. Сколько времени живет вирус гриппа вне организма человека зависит:

от температуры окружающей среды: чем она выше, тем меньше срок существования вируса, при комнатной температуре вирус выживает несколько часов. В условиях температуры холодильника вирусы сохраняют жизнеспособность около 1 недели, о чем не надо забывать, оставляя на хранение недоеденную больным пищу;

от влажности воздуха – в высушенном виде, в пыли вирус живет дольше. Например, в высушенном виде сохраняется до нескольких суток. Поэтому воздух в помещении необходимо увлажнять, а само помещение регулярно проветривать, что снизит концентрацию вирусов в воздухе до 90%. Также помещение лучше подвергать влажной уборке, чем использовать пылесос; от наличия источников ультрафиолета и озона, воздействие которых вызывает быструю гибель вирусов;

от материала поверхности: вирусы сохраняют жизнеспособность на бумаге до 12 часов, на металле или пластмассе – до 2 суток, на стекле – до 10 дней, на ткани (полотенца, носовые платки) – до 11 дней. Поэтому у больного человека должны быть отдельная посуда и столовые приборы, которые необходимо мыть горячей водой, одноразовые носовые платки, полотенца и постельное белье и т.д.

на кожных покровах возбудитель гриппа сохраняется до 15 часов.

Следует помнить, что частички биологических жидкостей, содержащие вирусы гриппа через немытые руки, поручни в общественном транспорте, ручки корзин и тележек в супермаркетах, денежные купюры и монеты, дверные ручки в офисе попадают на слизистые оболочки дыхательных путей и приводят к инфицированию.

Губительно на вирусы действуют различные дезинфицирующие средства.

Грипп начинается внезапно и в случае неосложненного течения заболевание длится около 1 недели. **Основные симптомы** - повышение температуры тела до 38-40°C, общая слабость, повышенная потливость, головная боль, боли в мышцах и суставах, сухой кашель, заложенность носа, осиплость голоса. Крайне тяжелые формы гриппа, которые встречаются реже, характеризуются острым началом, молниеносным течением и заканчиваются в большинстве случаев летально.

Однако коварство гриппа заключается в его способности приводить к различным **осложнениям**, частота которых достигает 10-15%.

Примерно у половины госпитализированных больных гриппом выявляются пневмонии (бактериальные, бактериально-вирусные, вирусные) преимущественно тяжелой и среднетяжелой форм. Второе место занимают осложнения со стороны ЛОР-органов (гаймориты, отиты, синуситы, фронтиты), реже – поражения почек и печени, нервной и сердечно-сосудистой систем. Также доказанным фактом является обострение имеющейся хронической патологии на фоне угнетающего действия вируса на иммунитет.

Для **лечения** используются противовирусные препараты, которые необходимо принимать на ранних стадиях заболевания болезни (в течение 48 часов после появления симптомов) **и строго по назначению врача**.

Помимо противовирусного лечения назначается симптоматическая терапия, врачебные рекомендации, в отношении которых необходимо строго придерживаться.

Вакцинация — это единственный специфический и поэтому самый эффективный путь профилактики гриппа и его осложнений!

Прежде всего, сделать профилактическую прививку против гриппа необходимо детям и взрослым старше 65 лет, а также людям, страдающим хроническими болезнями. Это, в первую очередь, лица с хроническими заболеваниями сердца или легких, метаболическими или почечными заболеваниями, хроническими поражениями печени, хроническими неврологическими расстройствами и иммунодефицитами.

Грипп опасен и для женщин, планирующих беременность. Целесообразно вакцинироваться до беременности или во время второго-третьего триместра. Заболевание гриппом беременной женщины может повлечь развитие пороков у плода или возникновение выкидыша.

Грипп актуален и для лиц, которые в силу особенностей профессии (преподаватели, воспитатели, продавцы, врачи, другие лица, работающие в коллективах) контактируют с большим количеством людей и имеют высокий риск заражения гриппом.

Данные лабораторных исследований показывают, что основную долю среди заболевших гриппом составляют непривитые лица. В нашем городе в прошедший эпидемический сезон из числа заболевших гриппом, граждане не были привиты. Коэффициент эффективности иммунизации против гриппа в 2017 году на территории г. Витебска и Витебского района составил 89,72%. Вакцины различных производителей не отличаются по входящим в их состав вариантам вирусов гриппа, рекомендуемые ежегодно Всемирной организацией здравоохранения для Северного и Южного полушарий. Все вакцины зарегистрированы и разрешены к использованию на территории Республики Беларусь, являются высокоэффективными и безопасными иммунобиологическими лекарственными средствами и содержат актуальный для текущего периода штаммовый состав.

Современные вакцины против гриппа хорошо переносятся как детьми, так и взрослыми, и способствуют формированию высокоспецифичного иммунитета уже через 7-14 дней после вакцинации, действие которого сохраняется до 6-12 месяцев.

Насколько надежная защита выработается после вакцинации, зависит от многих факторов, в том числе возраста и состояния здоровья человека, индивидуальных особенностей и т.д. Но в среднем из 100 привитых 70-98 человек не заболеют гриппом. Если все же привитой человек заболеет гриппом (2-30 человек из 100 привитых), то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений.

Проведение профилактических прививок в нашей стране возможно только после врачебного осмотра и разрешения. Человеку в состоянии острого или обострения хронического заболевания предложат дождаться нормализации состояния и затем провести вакцинацию.

Постоянные противопоказания к вакцинации против гриппа устанавливаются крайне редко, например, в случае наличия немедленной аллергической реакции в виде анафилактического шока, крапивницы, отека Квинке на белок куриных яиц (т.к. выращивание вакцинного вируса происходит на куриных эмбрионах). Такие реакции имеются у лиц, у которых при попытке съесть куриное яйцо в любом виде (вареное яйцо, яичница и т.д.) немедленно развивается отек нижней губы, горла и т.д. Если таких реакций нет, то вакцинация против гриппа для такого человека безопасна.

Сделав прививку от гриппа, Вы защищаете свой организм от атаки вирусов гриппа, однако другие респираторные вирусы, которые являются менее опасными, но могут вызывать заболевания у человека, продолжают оставаться актуальными.

Поэтому в период подъема заболеваемости острыми респираторными инфекциями рекомендуется принимать меры **неспецифической профилактики:**

- избегайте или сократите до минимума время пребывания в местах массового скопления людей;

- по возможности не пользуйтесь общественным транспортом;

- избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки респираторного заболевания (кашляют и чихают);

- регулярно и тщательно мойте руки с мылом, обязательно после улицы и общественного транспорта. Используйте дезинфицирующие салфетки, кремы, гели;

- промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта;

- проводите регулярное проветривание и влажную уборку помещения, в котором находитесь;

- добавьте в ежедневный рацион продукты с высоким содержанием витамина С;

- по согласованию с врачом применяйте препараты, повышающие иммунитет, а в случае контакта с больным человеком, противовирусные препараты с профилактической целью в соответствии с инструкцией;

- ведите здоровый и активный образ жизни, не забывайте про полноценный сон и сбалансированное питание.

При появлении первых признаков заболевания необходимо остаться дома.

Родители! Не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу или на культурно-массовое мероприятие.

Заболевший должен соблюдать постельный режим.

Занятие самолечением недопустимо. Вызывайте врача на дом и строго выполняйте его назначения.

По возможности выделите для больного отдельное помещение. Он должен использовать отдельную посуду и столовые приборы, полотенца, постельное белье, носовые платки.

Больной человек, находясь в помещении (например, в поликлинике), должен носить медицинскую маску, тем самым он снизит риск распространения инфекции и инфицирования окружающих.

Общение с больным следует ограничить и при уходе за ним использовать медицинские маски.

| Вопрос | Ответ |
|--|--|
| 1. Нужно ли готовиться к вакцинации против гриппа? | Большинству людей специальной подготовки к вакцинации против гриппа не требуется. У больных с хроническими заболеваниями вакцинация проводится на фоне приема обычной терапии. |
| 2. Какие наименования вакцин для профилактики гриппа используются в нашей стране в текущем году? | В текущем году для проведения иммунизации против гриппа используются следующие наименования вакцин: <ul style="list-style-type: none">- Гриппол плюс (инактивированная, за счет бюджетных средств и на платной основе), производства России, вводится инъекционно;- Ваксигрип и ВаксигрипТетра (инактивированная, на платной основе), производства Франции, вводится инъекционно;- Инфлювак (инактивированная, на платной основе), производства Нидерланды, вводится инъекционно;- Ультравак (живая вакцина, на платной основе), производства России, вводится путем распыления в носовые ходы. |
| 3. Что общего между вакцинами для профилактики гриппа? | Все вакцины для профилактики гриппа создают надежный иммунитет против заболевания гриппом, содержат актуальные штаммы вирусов гриппа, рекомендованные Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) для включения в состав вакцин на этот год. |
| 4. Откуда знают, какие варианты вирусов гриппа необходимо включать в вакцину? | В мире существует несколько сотен лабораторий, которые следят за вирусами гриппа. Анализируя информацию о вирусах, вызывающих грипп, специалисты ВОЗ ежегодно к апрелю-маю составляют рекомендации по вариантам вирусов гриппа, которые необходимо включить в состав вакцины. Ежегодно в состав вакцин включаются 3 актуальных варианта вирусов гриппа (4 – в случае вакцины ВаксигрипТетра). За последние 20 лет предложенные варианты вирусов гриппа, которые были рекомендованы ВОЗ для включения в состав вакцин, совпадали более чем в 90% случаев. |
| 5. Гарантирует ли прививка от гриппа 100% защиту от | 100% гарантию от заболевания не дает ни один лечебный и ни один профилактический препарат. Насколько |

| | |
|--|--|
| заболевания? | надежная защита выработается после вакцинации зависит от многих факторов, в т.ч. возраста, 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 заболеет гриппом (2-30 человек из 100 привитых), то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений. |
| 6. Когда после прививки против гриппа сформируется защита от заболевания? | Через 14-21 день после вакцинации развивается иммунитет, который обеспечивает защиту от заболевания гриппом в течение 6-12 месяцев. |
| 7. Может ли вакцина против гриппа вызвать реакции? | Введение любых вакцин, в т.ч. вакцин для профилактики гриппа, может вызвать возникновение реакции в виде повышения температуры тела или покраснения в месте инъекции. Это закономерная реакция, обусловленная образованием защитных антител в крови и свидетельствующая о начале формирования иммунитета. Как правило, реакции не продолжительны (в течение 1-3 дней) и не требуют медикаментозного лечения. |
| 8. Необходимо ли прививаться против гриппа в нынешнем году, если делал прививку в прошлом? | Защитные антитела, выработанные после прививки, обычно в течение 6-12 месяцев после вакцинации разрушаются или их количество становится недостаточным для защиты от гриппа в новом сезоне. Кроме того, ежегодно обновляются варианты вирусов гриппа, которые входят в состав вакцин. Так что целесообразно прививаться ежегодно. |
| 9. Можно ли заболеть гриппом после прививки и заразить окружающих? | В результате вакцинации любой противогриппозной вакциной заболеть гриппом нельзя. Так как в процессе производства вакцинные вирусы лишаются свойства вызывать заболевание, однако сохраняют способность формировать защиту. Риск заражения окружающих гриппом, после проведенной вакцинации инактивированной вакциной, отсутствует. |
| 10. В прошлом году сделал(-а) прививку от гриппа, но все равно заболел(-а). Смысл этой прививки? | Существует 2 варианта объяснения этой ситуации. Во-первых, наряду с вирусом гриппа заболевание у человека может вызвать более 200 видов других респираторных вирусов. Причем, отличить эти заболевания по клиническим симптомам практически невозможно. Во-вторых, есть малая вероятность, что у Вас развился грипп, однако тяжелых осложнений не возникло. Редко, но встречаются ситуации, когда человек сделал прививку и «встретился» с вирусом гриппа в тот период, когда защита еще не успела сформироваться. Ведь для выработки достаточной защиты необходимо 14-21 день. При проведении анализа данных о заболеваемости гриппом в эпидемическом сезоне заболеваемости гриппом и острыми респираторными инфекциями 2017-2018 гг. было установлено, что более 96% заболевших были не привиты. |

источник: ГУ "Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья", ГУ "Витебский зональный центр гигиены и эпидемиологии"