

Информация о мерах по профилактике гриппа в зимний период 2019 г. и план по предупреждению и ограничению распространению заболеваемости ОРВИ и гриппом.

В наступившем 2019 году мировая ситуация с заболеваемостью гриппом, традиционно бьющей рекорды с наступлением осенне-зимнего периода, оценивается, как среднеэпидемическая. Однако пик сезонной активности популяций вируса уже существенно превышен. Такая тенденция, связанная с доминированием и быстрым распространением особо заразных штаммов Брисбен, Мичиган и Гонконг, может повлечь за собой серьезный ущерб здоровью людей.

Типы вирусов и формы гриппа

По оценкам экспертов, в 2019 году наибольшую эпидемиологическую опасность представляет вирус гриппа типа А и типа В.

Циркулирующий вирус группы А подразделяется на подтипы Гонконг и Мичиган. Именно этот возбудитель, поражающий не только человека, но и животных, ответственен за возникновение массовых эпидемий. Вирус группы В (Брисбен) распространяется только среди людей и вызывает менее тяжелые симптомы.

К наиболее характерным признакам, свойственным заболеваниям, спровоцированным разными типами и подтипами вирусов гриппа, относят:

- резкое повышение температуры тела (зачастую до критических отметок);
- головные, мышечные, суставные боли;
- головокружение, недомогание;
- покраснение конъюнктивы;
- светобоязнь;
- заложенность носа;
- сухой кашель, охриплость голоса и пр.

Длительность инкубационного периода (срока между инфицированием и появлением первых признаков болезни) составляет 1-2 дня. Заболевание легкой и средней степени тяжести, при проведении адекватной терапии, в течение недели проходит. Тяжелая и гипертоксическая форма, сопровождающиеся повышением температуры тела до 40°C и выраженными симптомами общей интоксикации, могут привести к инфекционно-токсическому шоку, дыхательной недостаточности и отеку головного мозга. Молниеносная форма, являющаяся наиболее опасной для ослабленных больных с сопутствующими патологиями, нередко становится причиной развития тяжелых осложнений и летального исхода.

Вирус сезонного гриппа передается от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (по воздуху во время кашля, чихания или разговора), или контактно-бытовым (через руки и предметы обихода).

Профилактика

По данным ВОЗ ежегодно в мире от сезонного гриппа гибнет порядка 650 тысяч человек. Поэтому для защиты от респираторной инфекции требуется проведение профилактических мероприятий. По оценкам медицинских экспертов, на сегодняшний день единственным методом специфической профилактики является вакцинация. Введение в организм человека иммунобиологического препарата способно предотвратить заражение гриппом или ослабить его последствия.

Особенно важна вакцинация для представителей группы риска.

Наиболее эффективными считаются вакцины, состав которых соответствует вирусам гриппа, циркулирующим на определенной территории. В связи с их постоянным изменением Всемирная Организация Здравоохранения два раза в год обновляет свои рекомендации в отношении компонентов иммунобиологических препаратов. Вакцины нового поколения содержат поверхностные вирусные белки, обеспечивающие взаимодействие возбудителя с рецепторами клеток «хозяина». Через 5-7 дней после вакцинации в организме вырабатываются специфические антитела, создающие т. н. «иммунологическую память» к возбудителю инфекции.

Противогриппозные вакцины выпускаются в виде инъекций и в форме назального спрея. Как показывает практика, в 80-90% случаев сформированный после вакцинации кратковременный иммунитет (его длительность составляет 6-12 месяцев) позволяет избежать заражения, а в случае заболевания, перенести его в более легкой форме, без осложнений.

Неспецифическая профилактика гриппа включает в себя прием препаратов различной направленности действия.

Также к основным методам неспецифической защиты относят санитарно-гигиенические и оздоровительные мероприятия: рациональное питание (потребление большого количества свежих овощей и фруктов), ведение здорового образа жизни, закаливание. В период эпидемии гриппа рекомендуется как можно чаще мыть руки с мылом и проветривать помещения. В общественных местах для обработки кожи использовать специальные антисептические жидкости или салфетки, и минимизировать прикосновения ко рту, глазам и носу.

В период пика заболеваемости ОРВИ пациента необходимо изолировать от других людей, обеспечить ему адекватную гидратацию (потребление большого количества жидкости) и симптоматическую терапию. Очень важно не переносить простуду «на ногах» и, если в течение 2-4 дней состояние не стабилизируется, обязательно обращаться к врачу.

Самый эффективный способ защиты от гриппа - вакцинация

По данным оперативного мониторинга в сентябре текущего года заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями находится на уровне средних многолетних данных, не превышающих недельного эпидемического порога.

С начала сентября 2018г. стартовала кампания массовой иммунизации населения против гриппа.

Для иммунизации применяются вакцины, содержащие актуальные для предстоящего эпидсезона штаммы вирусов гриппа, рекомендованные Всемирной организацией здравоохранения: A/Michigan/45/2015 (H1N1)pdm09, A/Singapore/INFIMH-16-0019/2016 (H3N2) и B/Colorado/06/2017 (линия B/Victoria/2/87).

За счет средств, выделенных из федерального бюджета, прививки проводятся населению из групп высокого риска: детям с 6 месяцев, лицам, страдающим хроническими заболеваниями, беременным женщинам, взрослым старше 60 лет, лицам призывного возраста, медицинским работникам, работникам образования и других профессиональных групп, определенных национальным календарем профилактических прививок.

Напоминаем, что наиболее эффективный способ предотвращения возникновения заболевания или его возможных серьезных последствий - это ежегодная вакцинация!

Прививаться против гриппа необходимо каждый год, так как состав вакцин обновляется с учетом изменчивости вирусов гриппа и актуальности циркулирующих штаммов. Для иммунизации используются вакцины, прошедшие в установленном порядке исследования на эффективность и безопасность!

Прививку лучше делать в начале осени, чтоб к сезонной циркуляции вирусов гриппа успел сформироваться иммунитет. Иммунный ответ на введение вакцины достигает максимума на 14 день. Защита сохраняется в течение 7–9 месяцев. Бытующее мнение о бесполезности проведения противогриппозной вакцинации, из-за невозможности предугадать, какой именно возбудитель будет превалировать, в корне ошибочно. Это объясняется тем, что большинство вакцин содержит в своем составе более одного типа антигена и обеспечивает защиту от нескольких разновидностей вируса.

Защити себя и своих близких!