

GRIPAS NĖRA PERŠALIMAS

Įprastai gripo sezonas prasideda 40-tąją kalendorinę metų savaitę (spalio mėnuo).

Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) skelbia, jog gripas yra viena rimčiausių visuomenės sveikatos problemų daugumoje valstybių. Tai viena dažniausiai epidemijomis pasireiškiančių ligų.

Gripas – ūmi kvėpavimo takų infekcija, plintanti nuo žmogaus žmogui oro lašeliniu būdu. Gripu visame pasaulyje gali susirgti kiekvienas bet kokio amžiaus žmogus. Skirtingai nuo kitų kvėpavimo takų infekcijų, gripas ne tik sukelia ūmią ligą, bet ir yra labai pavojingas dėl galimų komplikacijų. Padidintos rizikos grupėse gripas sukelia ypač sunkias komplikacijas ir gali baigtis net ir mirtimi. Gripo virusai sukelia kasmetines sezonines epidemijas, kurių metu susergera apie 5-10 proc. gyventojų. Lietuvos klimato zonoje sergamumo gripu padidėjimas stebimas rudens – žiemos sezonu.

Gripo virusai yra 3 tipų: A, B ir C. Gripo A virusas patogeniškas žmonėms, laukiniams ir naminiams vandens paukščiams, žinduoliams. Žmonių populiacijoje šis viruso tipas sukelia pandemijas ir epidemijas. Gripo B virusas plinta žmonių populiacijoje ir kas kelerius metus sukelia epidemijas. Gripo C virusas patogeniškas žmonėms ir kiaulėms, tačiau sukelia tik pavienius susirgimus ir nedidelius protrūkius.

Skiepai (vakcinacija) – pati efektyviausia gripo infekcijos profilaktika. Ir kainuoja mažiau nei gydymas susirgus. Vakcinacijai yra naudojamos saugios ir efektyvios, kiekvienais metais atnaujinamos vakcinos, kurios sergamumą bei komplikacijų tikimybę sumažina net iki 70-90%. Pasiskiepyti nuo gripo rekomenduojama kiekvienais metais rudens-žiemos mėnesiais, nes reikia maždaug dviejų savaičių, kad žmogaus organizme susidarytų antikūnai kovai su gripo virusu. Geriausia pasiskiepyti prieš prasidedant gripo sezonui, tačiau net ir sausio-vasario mėnesiais skiepytis nėra vėlu, nes gripo sezonas paprastai tęsiasi nuo spalio iki balandžio mėnesio.

Pasiskiepyti nuo gripo PSO rekomenduoja daugumai žmonių, ypač šiems rizikos grupių asmenims:

65 metų ir vyresniems asmenims;

Nėščioms moterims;

Sergantiems lėtinėmis ligomis ir asmenims, kurių atsparumas ligoms sumažėjęs;

Vaikams nuo 6 mėn. iki 2 metų;

Medicinos darbuotojams;

Gripo virusui būdinga dažna kaita (genetinės mutacijos), kas lemia gripo viruso savybių įvairovę. Todėl PSO nuolat seka gripo virusų kaitą ir kiekvienais metais prognozuoja labiausiai paplitusius viruso tipus bei rekomenduoja būsimojo sezono vakcinos antigeninę sudėtį šiaurės ir pietų pusrutuliu.

Gripo epidemijos metu taip pat rekomenduojama:

Dažnai plauti rankas;

Vengti sąlyčio su sergančiais asmenimis;

Vengti masinio žmonių susibūrimo vietų;

Kosint ir čiaudint prisidengti burną;

Neplautomis rankomis stengtis neliesti akių, nosies ir burnos;

Gerai vėdinti patalpas;

Susirgus kreiptis į asmens sveikatos priežiūros įstaigą, gerti daug skysčių, likti namuose.

Susirgus rekomenduojama kreiptis į asmens sveikatos priežiūros įstaigą į savo šeimos gydytoją, kuris skirs konkrečiam sezoniniam sukėlėjui labiausiai tinkantį gydymą. Antibiotikai virusų neveikia ir skiriami tik komplikacijų atvejais.

Atkakliai plinta mitas, jog pasiskiepijus nuo gripo, juo susergama, nes užsikrečiama. Gripo viruso šiuolaikiniuose skiepuose nėra – juose yra tik viruso dalelės. Šiandieninės technologijos leidžia sukurti vakcinas, kurios sukelia žmogaus imuninės sistemos atsaką ir organizmas PATS sukuria ginklus prieš viruso dalelę – antikūnus. Jei į organizmą patenka tikras virusas – jie sėkmingai su virusu kovoja.

Jūs jau galite būti užsikrėtęs gripo virusu prieš pasiskiepijant. Jūsų imuninė sistema nespėjo pagaminti antikūnų prieš gripo virusą. Pakankamam imunitetui susidaryti reikalingos mažiausiai dvi savaitės.

Jūs užsikrėtėte gripo virusu, kurio dalelių nėra sezoninio gripo vakcinose sudėtyje. Visuomenėje cirkuliuoja daugybė įvairių gripo virusų. Kasmet gyventojus stengiamasi apsaugoti nuo trijų gripo virusų, kurie kaip tyrimai rodo, bus labiausiai paplitę artėjantį gripo sezoną.

Kai kurie žmonės gali vis tiek užsikrėsti gripo virusu, nepaisant to, kad buvo skiepyti gripo vakcina. Tai gali įvykti dėl skirtingų žmonių organizmo savybių, amžiaus ypatumų, bendros sveikatos būklės.

Daug laiko praleisdami uždaroje patalpose, įstaigose kolegos pasidalina gripo virusais. Juos pasigavę, dėl gripo simptomų, ne tik praranda darbingumą, bet parsineša juos ir į namus. Todėl nepamirškite, skiepijantės ne tik dėl savęs. Gripas – nėra peršalimas. Nesidalinkime juo.

Visuomenės sveikatos specialistė

Jadvyga Grubliauskienė