

GRIPAS

ir jo pavojai



Prevenција

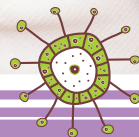
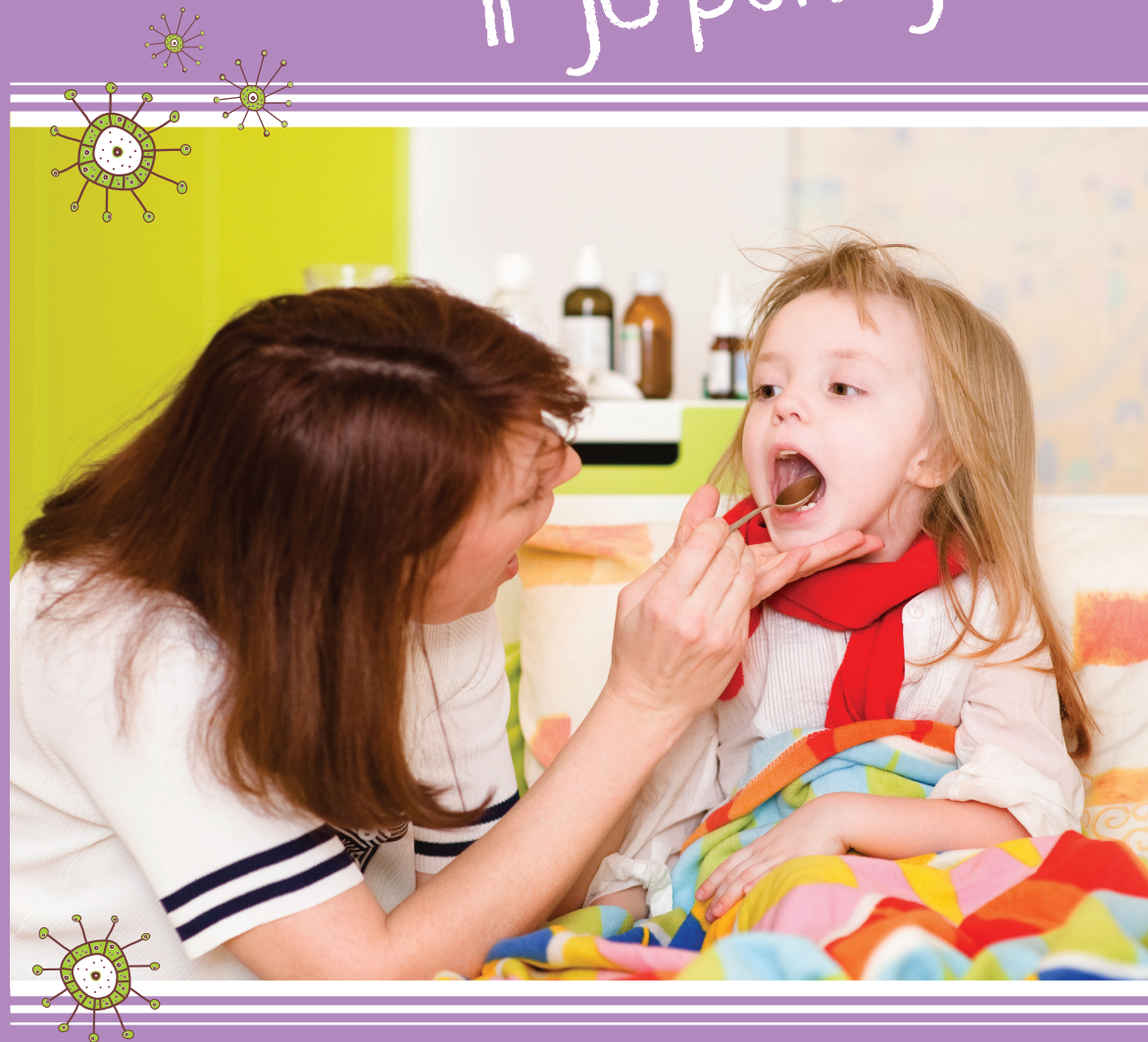
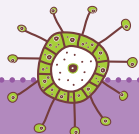
Vakcina yra pati efektyviausia priemonė, apsauganti nuo infekcijos ir/arba sunkių komplikacijų. Šiuolaikinė medicinos patirtis visiškai užtikrina vakcinų saugumą. Gripo vakcina rekomenduojama skiepytis kasmet, nes gripo virusų atmainos kasmet keičiasi, pagal tai koreguojama ir vakcinos sudėtis. Geriausias laikas skiepams - rugsėjo - lapkričio mėnesiais. Pasiskiepijus, apsauga išlieka visą gripo sezoną.

Imunoprofilaktika ypatingai svarbi rizikos grupės žmonėms:

- Nėščioms moterims, nepriklausomai nuo nėštumo stadijos;
- Vaikams nuo 6 mėn. iki 5 m. amžiaus;
- Vyresniems žmonėms (≥ 65 m.);
- Asmenims, sergantiems lėtinėmis ligomis;
- Medicinos darbuotojams.

Rudenį, kai artinasi gripo sezonas, specialistai rekomenduojama:

- susirgus neiti į darbą, sergančių vaikų neleisti į vaikų ugdymo įstaigas;
- dažnai plauti rankas tekančiu šiltu vandeniu ne trumpiau kaip 20-30 sekundžių, nusiplovus rankas nusausinti;
- laikytis kosėjimo ir čiaudėjimo rekomendacijų - prisidengti nosį ir burną, vienkartinės nosinaites nedelsiant išmesti, nusiplauti rankas;
- vėdinti patalpas.



Polocko g. 12, 01204, Vilnius
Tel. 8-5 271 1244
El. paštas info@vvsb.lt
www.vvsb.lt



Gripo infekcijos simptomai

Inkubacinis periodas trunka apie 2-5 dienas. Gripo infekciją pasireiškia ūmiu aukštu karščiavimu (didesnė nei 38,5°C), kosėjimu (dažniausiai sausu), galvos skausmu, raumenų sąnarių skausmu, bendru silpnumu, gerklės skausmu ir sloga. Kosėjimas gali būti sunkus, kuris gali tęstis 2 ir daugiau savaičių. Kartais gali kraujuoti iš nosies, atsirasti kraujosruvų odoje, gleivinėse. Netenkama apetito, kartais vemiamo, viduriuojama.

Dauguma žmonių pasveiksta per savaitę, be medikų pagalbos. Tačiau rizikos grupių žmonėms virusas gali sukelti sunkesnę susirgimą, kuris gali baigtis mirtimi. Gripo epidemijos sunkumą apibūdina mirštamumas ne tik nuo jo, bet ir nuo kitų lėtinių ligų, kurias jis komplikuoja.

Pasaulyje kasmet registruojama apie 3-5 milijonų gripo infekcijos sergamumo atvejų ir apie 250 000 - 500 000 mirčių. Dažniausiai miršta 65 m. ir vyresnio amžiaus sergantieji. Dauguma vaikų mirčių nuo komplikotos gripo infekcijos registruojama besivystančiose šalyse.

Kas sukelia gripo infekciją ?

Trys viruso tipai: A, B ir C sukelia sezoninį gripą. Gripo virusai cirkuliuoja visose pasaulio šalyse. C tipas yra mažiausiai paplitęs virusas, nei A ir B, todėl vakcinų sudėtyje yra tik gripo A ir B viruso tipai. Virusai pasižymi savybe keistis, taip atsiranda naujų viruso potipių.

Rizikos grupės

Sunkesnę susirgimą lydima komplikacijų gripo virusas gali sukelti žmonėms, priklausantiems rizikos grupėms: vaikams jaunesniems nei 2 metų, suaugusiems vyresniems nei 65 metų amžiaus, nėščioms moterims ir įvairaus amžiaus žmonėms, sergantiems lėtine širdies, kraujagyslių, plaučių, inkstų liga, diabetu ar turintiems silpnesnę imuninę sistemą.

Perdavimas

Gripo virusas plinta greitai ir lengvai mokyklose, darželiuose, darbo aplinkoje, slaugos namuose ir kitose žmonių susibūrimo vietose. Gripo virusas plinta kartu su seilių dalelėmis čiaudint, kosint. Seilių dalelės pasklinda ore, nusėda ant paviršių. Į kito žmogaus organizmą jos patenka įkvėpus arba užterštomis rankomis palietus akių, nosies, burnos gleivinę.