

**KONSULTANT WOJEWÓDZKI W DZIEDZINIE CHORÓB ZAKAŹNYCH
dla województwa kujawsko-pomorskiego**

dr med. Paweł Rajewski, prof. WSG
specjalista chorób wewnętrznych, specjalista chorób zakaźnych, hepatolog

85-826 Bydgoszcz, ul. Szpitalna 19

Tel. (052) 3709102 ; fax 52 3709460; e-mail: rajson@wp.pl

Sezon grypy przed nami – warto przypomnieć o objawach choroby i jej zapobieganiu.

Zbliża się kolejny sezon wzmożonej zachorowalności na grypę. W ubiegłym sezonie grypowym od września 2018 roku do kwietnia 2019 r. odnotowano 3 692 199 przypadków zachorowań i podejrzeń zachorowań na grypę w Polsce, z czego zmarło 143 osoby.

Co roku choruje około 20-30% dzieci oraz 5-10% dorosłych. Śmiertelność wynosi od 0,1 do 0,5% ogółu chorych, a w przypadku osób starszych sięgać może 1%.

Szczepienia przeciw grypie są najskuteczniejszą i najtańszą strategią zapobiegania wystąpieniu grypy. Są skuteczne w zapobieganiu zachorowania na grypę u około 70-90% zaszczepionych, jednakże w niektórych grupach osób skuteczność może być mniejsza lub w przypadku mniejszego pokrewieństwa/dopasowania szczepów wirusa zawartych w szczepionce a szczepem wirusa w danym sezonie epidemiologicznym, szczepienia zmniejszają również w znaczny sposób wystąpienie poważnych powikłań grypy.

Szczepienie najlepiej podawać w miesiącu wrześniu i październiku, to optymalny okres do rozwoju swoistej odporności poszczepiennej, przed wystąpieniem właściwego sezonu epidemiologicznego grypy.

Szczególnie zalecane są osobą z obniżoną odpornością, po transplantacjach, z przewlekłymi chorobami układu krążenia, układu oddechowego, osobom otyłym, z cukrzycą, dzieciom powyżej 6-tego miesiąca życia, osobom starszym, po 50-tym roku życia, kobietom w ciąży lub planującym ciążę, osobom przebywającym w zakładach opiekuńczych, osobom pracującym w dużych skupiskach ludzkich czy pracujących w ochronie zdrowia.

Aktualne szczepy do produkcji szczepionek są co roku polecane przez Światową Organizację Zdrowia.

Grypa jest wirusową chorobą zakaźną. Do zakażenia dochodzi łatwo drogą kropelkową lub przez kontakt ze skażoną powierzchnią.

Objawy grypy mogą przypominać zwykłe przeziębienie i pojawiają się szybko po 1-3 dniach od zakażenia, począwszy od suchego kaszlu, nieznacznie nasilonego kataru lub uczucia zapchanego nosa, ból gardła, jednakże jeżeli dochodzi do tego nagle wysoka gorączka (39-40st.C) z dreszczami, bólami głowy i bólami mięśniowo-stawowymi, powinno to nasunąć podejrzenie, że może być to właśnie grypa. Choroba zwykle trwa około 3- 7 dni, jeżeli nie dojdzie do rozwoju groźnych powikłań, które mogą mieć poważne konsekwencje dla zdrowia, a nawet życia pacjenta. Należą do nich zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego czy powikłania neurologiczne. Wtedy do objawów klinicznych dołącza zazwyczaj duszność, kłopoty z oddychaniem, osłabienie, łatwe męczenie, bóle w klatce piersiowej czy pogorszenie świadomości.

Warto wyprzedzić chorobę i poddać się profilaktycznym szczepieniom, co nie tylko zmniejsza ryzyko zachorowania na grypę osobie, która poddaje się szczepieniu, ale również zmniejsza ryzyko zakażenia innych osób z otoczenia tym samym poprawia zdrowie populacyjne.