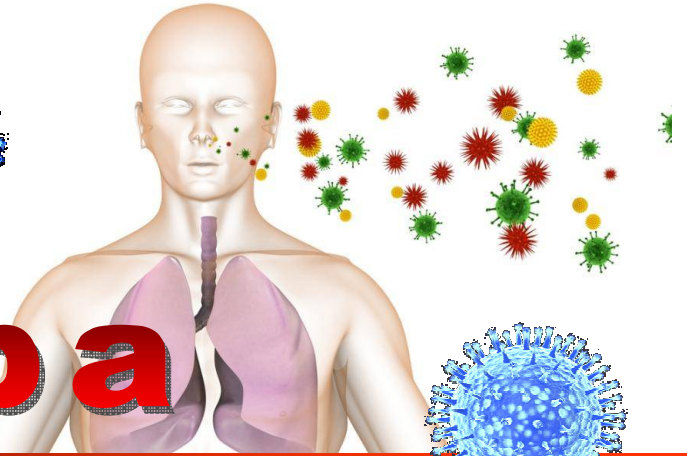
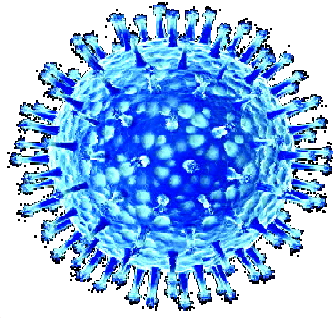




Wojewódzka Stacja
Sanitarno - Epidemiologiczna
w Białymstoku



Grypa

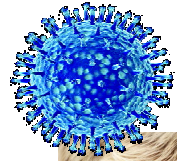
Ostra choroba zakaźna!

Grypa jest ostrą chorobą zakaźną wywołaną przez wiele typów wirusów grypy z rodziny Orthomyxoviridae. W czasie bezpośredniego kontaktu z osobą zakażoną, wirus jest przenoszony przez wdychanie mikroskopijnych kropelek wydzieliny z dróg oddechowych. Najwyższą zakaźność wykazuje chory z objawami w okresie infekcji. Okres wylegania choroby od momentu zakażenia wynosi od kilku do 48 godzin.

Kliniczny obraz grypy obejmuje :

- ➔ gorączkę nawet powyżej 38 °C trwającą 1 - 2 dni,
- ➔ dreszcze, bóle głowy, stawów , mięśni,
- ➔ znaczne osłabienie,
- ➔ zajęcie układu oddechowego objawiające się kichaniem,
- ➔ zapalenie błony śluzowej nosa, ból gardła, suchy napadowy kaszel,
- ➔ poczucie ogólnego rozbicia.

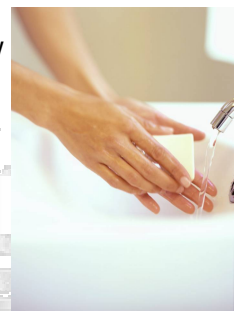
Przebieg choroby jest zależny od zjadliwości wirusa, a także od wielu czynników indywidualnych (stan odporności, wiek, inne przebyte choroby). Wirusy grypy rozmnażają się w drogach oddechowych, powodują uszkodzenie nabłonka i otwierają drogę bakteriom chorobotwórczym. W przebiegu grypy występować też może wiele powikłań świadczących o uszkodzeniu innych narządów : układu nerwowego, mięśni i stawów, niektórych narządów wewnętrznych. Grypa, jak inne choroby wirusowe, jest szczególnie niebezpieczna dla kobiet w ciąży. Niewyleczona grypa, o ile dotyczy ludzi z osłabioną odpornością, może spowodować bardzo poważne komplikacje pogrypowe, które niejednokrotnie kończą się nawet śmiercią.



Szczepienia ochronne

Ze wskazań klinicznych i indywidualnych:

- ➔ Osobom po transplantacji narządów;
- ➔ Przewlekłe chorym dzieciom (od ukończenia 6 miesiąca życia) i dorosłym, szczególnie chorującym na niewydolność układu oddechowego, astmę oskrzelową, przewlekłą obturacyjną chorobę płuc, niewydolność układu krążenia, chorobę wieńcową (zwłaszcza po przeżytym zawale serca), niewydolność nerek, nawracający zespół nerczycowy, choroby wątroby, choroby metaboliczne w tym cukrzycę, choroby neurologiczne i neurorozwojowe;
- ➔ Osobom w stanach obniżonej odporności (w tym pacjentom po przeszczepach tkanek) i chorym na nowotwory układu krwiotwórczego;
- ➔ Dzieciom z grup ryzyka od ukończenia 6 miesiąca życia do 18 roku życia.



Profilaktyka grypy

- ➔ Starać się o utrzymanie wysokiej odporności organizmu - poprzez dobre odżywianie, regularny sen, ruch na świeżym powietrzu.
- ➔ Przestrzegać zasad higieny osobistej, a w szczególności: myć ręce wodą z mydłem (najlepiej mydłem w płynie z dozownikiem, używać ręczników jednorazowych), zasłaniać się przy kichaniu i kaszlu (chusteczką lub kichając w zgięcie łokcia) jednorazowe chusteczki higieniczne po użyciu należy wyrzucać, utrzymywać w czystości często używane przedmioty (klamki, telefony, klawiaturę komputera itp.).
- ➔ Ograniczyć przebywanie w dużych skupiskach ludzkich - centrach handlowych, kinach, dworcach, środkach transportu publicznego itp..
- ➔ Ograniczać bezpośrednie kontakty międzyludzkie a w szczególności podawania ręki, całowania się przy powitaniu, picia z jednej butelki, używania wspólnych sztućców, palenia tego samego papierosa.
- ➔ Korzystać ze szczepień zalecanych przeciw grypie sezonowej.
- ➔ Po wystąpieniu objawów grypopodobnych skontaktować się z lekarzem.

