



Grypa to ostra choroba zakaźna, którą wywołuje wirus grypy. Pierwsze doniesienia na temat epidemii grypy pochodzą z 412 r. p.n.e. Od tamtej pory co kilkaset lat opisywano zachorowania o charakterze pandemii mających zasięg ogólnosiwiatowy.

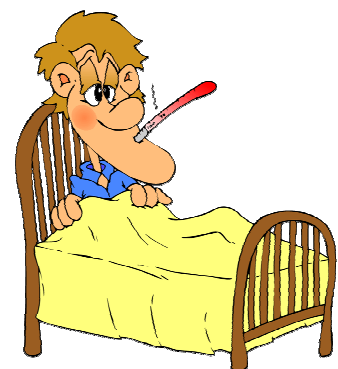
Wirus grypy po raz pierwszy wyizolowano w 1933 roku, wyróżnia się trzy typy wirusa: A, B, C. Wirusy typu B i C zakażają wyłącznie człowieka, niektóre subtypy wirusa A zakażają np. konie, świnie, a wszystkie subtypy tego wirusa – ptaki.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) corocznie na świecie choruje od 330 milionów do 1.575 miliarda ludzi, a z powodu powikłań pogrypowych umiera od 0,5 do 1 miliona osób.

Wśród ludzi wirus szerzy się drogą powietrzną – kropelkową. Obecny jest w znacznych ilościach w wydzielinach górnych dróg oddechowych, dlatego też zachowanie higieny osobistej ma w profilaktyce grypy istotne znaczenie.

W każdym sezonie epidemicznym grypy (październik – kwiecień) lekarze mogą spodziewać się pacjentów z objawami tej choroby. Szczyt zachorowań w Polsce wypada pomiędzy styczniem a marcem. Przebieg kliniczny grypy zależy głównie od naturalnych właściwości wirusa, stanu odporności pacjenta, jego wieku, stanu odżywienia oraz współistniejących dolegliwości (cukrzyca, choroby nowotworowe, przewlekłe choroby serca, płuc czy nerek).

Choroba rozwija się w ciągu 18-72 godzin od momentu wniknięcia do organizmu wirusa. Objawy chorobowe grypy to najczęściej ostry początek choroby, kaszel, gorączka powyżej 38°C, bóle głowy, bóle mięśniowo – stawowe i uczucie ogólnego rozbicia. Podobne objawy mogą wystąpić w przebiegu tzw. chorób grypopodobnych, wywołanych przez inne wirusy np. wirusy paragrypy, wirus RS, adenowirus. Dlatego podejrzenie grypy poza objawami i powiązaniem epidemiologicznym powinno zostać potwierdzone laboratoryjnie.



W zapobieganiu i zwalczaniu grypy ważne jest:

1. unikanie styczności osób zdrowych z chorymi, zwłaszcza we wczesnym okresie choroby, kiedy istnieje wysokie prawdopodobieństwo zakażenia;
2. w razie wystąpienia objawów choroby konieczna jest wizyta u lekarza w celu podjęcia właściwego postępowania leczniczego oraz izolacji chorego (najczęściej w domu);
3. przestrzeganie zasad higieny osobistej, zwłaszcza przy kaszlu, kichaniu i mówieniu, szczególnie częste i dokładne mycie rąk oraz korzystanie z chusteczek jednorazowych;
4. w okresie wzrostu zachorowań unikanie przebywania w dużych skupiskach ludzkich, szczególnie w zatłoczonych pomieszczeniach;
5. zwiększanie odporności na drodze szczepień ochronnych.

Szczepienia przeciwgrypowe są najbardziej skutecznym sposobem ograniczenia tej choroby w populacji.



Zalecane są szczególnie osobom z grup wysokiego ryzyka wystąpienia powikłań grypowych:

- osobom starszym,
- dorosłym i dzieciom z przewlekłymi schorzeniami układu oddechowego (w tym z astmą), schorzeniami układu krążenia i nerek,
- osobom o obniżonej odporności np. pacjentom po przeszczepach, osobom zakażonym HIV,
- chorym na cukrzycę,
- dzieciom,
- osobom przebywającym w domach opieki społecznej i zakładach opieki zdrowotnej dla przewlekle chorych.

Szczepienie przeciwko grypie musi być podane w każdym kolejnym sezonie epidemicznym, ponieważ wirus grypy podlega częstym zmianom genetycznym. Zmienność wirusa wymaga zmiany składu szczepionki na każdy sezon epidemiczny. Najlepiej zaszczepić się przed sezonem, ale można zrobić to także w terminie późniejszym (grudniu, styczniu, lutym, marcu).

* Opracowano m.in. na podstawie wytycznych Krajowego Ośrodka ds. Grypy PZH

Informacje dotyczące aktualnej sytuacji epidemiologicznej grypy sezonowej oraz grypy ptaków można uzyskać na stronie internetowej Głównego Inspektoratu Sanitarnego (www.gis.gov.pl)