FUNDACJA
KREATYWNIE
DLA ZDROWIA

FAKTY I MITY NA TEMAT GRYPY

1. GRYPA TO TROCHĘ „CIĘŻSZE” PRZEZIĘBIENIE

Grypa jest ostrą chorobą wirusową o dużej zakaźności, podobnie jak przeziębienie, jednakże w przebiegu grypy, szczególnie u pewnych grup chorych, istnieje ryzyko ciężkiego przebiegu, rozwoju groźnych powikłań lub nawet zgonu. Zatem grypa nie jest „cięższym przeziębieniem”!

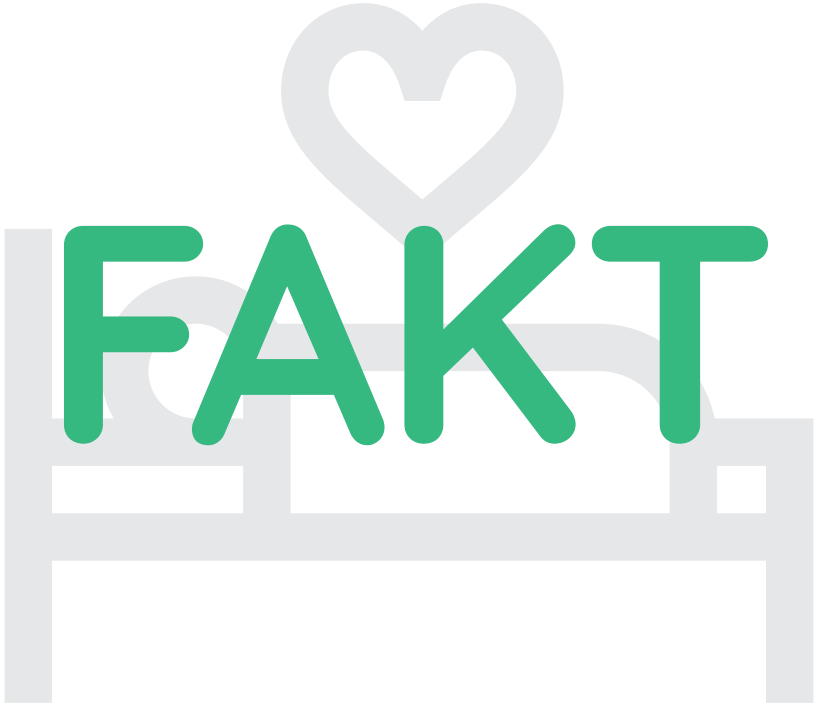
2. NA GRYPĘ MOŻNA ZACHOROWAĆ TYLKO W ZIMIE

Grypa występuje na całym świecie, przez cały rok. Rocznie, według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), choruje ok. 10% dorosłych oraz ok. 25% dzieci. W Polsce grypa występuje również przez cały rok. Jednakże, obserwuje się sezonowość zachorowań:największa zachorowalność przypada na okres jesienno-zimowy, tj. od połowy listopada do marca, ze szczytem zachorowań w lutym i marcu.

3. DO ROZPOZNANIA GRYPY POTRZEBNE SĄ SPECJALISTYCZNE BADANIA

Objawy grypy, choć są podobne do objawów przeziębienia, w okresie zwiększonej zachorowalności stanowią podstawę rozpoznania klinicznego. Jest to przede wszystkim nagłe pojawienie się gorączki powyżej 37,5oC, bóli mięśniowo-stawowych, bólu głowy, uczucia rozbicia, kataru, kaszlu (głównie suchego). Wówczas nie potrzeba wykonywać dodatkowych badań diagnostycznych. Badania laboratoryjne wykonuje się w przypadkach wątpliwych lub poza sezonem epidemiologicznym grypy

4. GRYPĘ TRZEBA „WYLEŻEĆ”



Podstawą leczenia jest leczenie objawowe – leki przeciwgorączkowe, przeciwkaszlowe, miejscowo obkurczające naczynia błony śluzowej nosa oraz nawadnianie. Ze względu na bardzo dużą zakaźność, wskazana jest izolacja chorego. Wirus grypy przenosi się poprzez drogą kropelkową lub kontakt ze skażonymi przedmiotami (np. klamki od drzwi). Zatem konieczne jest ograniczenie kontaktów chorego z innymi ludźmi. Ważne jest częste wietrzenie pomieszczeń oraz zakrywanie ust w czasie kichania (przedramieniem, nie dłonią).

5. GRYPA MOŻE PROWADZIĆ DO GROŹNYCH POWIKŁAŃ

Do poważnych powikłań w przebiegu grypy należy zapalenie płuc, zapalenie ucha środkowego, zapalenie mięśnia sercowego, zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, powikłania położnicze u ciężarnych oraz zgon. Grupę ryzyka ciężkiego przebiegu grypy i rozwoju powikłań stanowią dzieci (do 5 roku życia), osoby starsze (powyżej 65 roku życia), osoby chore przewlekle (choroba niedokrwienna serca, cukrzyca, astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc – POChP), osoby z upośledzoną odpornością oraz kobiety w ciąży.

6. NAJSKUTECZNIEJSZYM SPOSOBEM ZAPOBIEGANIA GRYPIE JEST WYKONYWANIE SZCZEPIEŃ OCHRONNYCH

Ze względu na częste mutacje i tym samym zmiany wirusa, skład szczepionki jest corocznie aktualizowany. W sezonie 2018/2019 rekomenduje się stosowanie czterowalentnych szczepionek – Vaxigrip Tetra lub Influvac Tetra. Preparat Influvac Tetra przeznaczony jest do szczepienia osób dorosłych (> 18 roku życia), zaś Vaxigrip Tetra – dla osób dorosłych oraz dla dzieci od 6 miesiąca życia. Szczepienie składa się z jednej dawki, podawanej domięśniowo (wyjątek: u dzieci poniżej 9 roku życia, które są szczepione po raz pierwszy przeciwko grypie powinno się podać dwie dawki, w odstępie co najmniej 4 tygodni).

7. PO ZASZCZEPIENIU MOŻNA ZACHOROWAĆ NA GRYPĘ

MIT/FAKT

Powyższe szczepionki nie zawierają żywego wirusa, jedynie jego część, zatem niemożliwe jest wywołanie nimi zachorowania! Jednakże szczepionka nie chroni w 100% przed zachorowaniem – możliwa jest infekcja wirusem grypy, jednakże wówczas przechodzi ona zwykle łagodnie. Szczepienie chroni przede wszystkim przed wystąpieniem groźnych powikłań!

8. SZCZEPIONKI PRZECIWKO GRYPIE SĄ NIEBEZPIECZNE

Preparaty są systematycznie badane i kontrolowane. Jednakże, jak po każdej szczepionce, również po szczepieniu przeciwko grypie możliwe jest wystąpienie działań niepożądanych, ale są to głównie miejscowe odczyny, łagodne, które ustępują w ciągu 1-2 dni (ból lub obrzęk w miejscu podania, ból mięśni, ból głowy).

Przeciwwskazaniem do szczepienia to przede wszystkim uczulenie na białko jaja kurzego lub na inny składnik szczepionki oraz reakcje alergiczne po poprzednich szczepieniach.

Pamiętaj, szczepiąc się przeciwko grypie chronisz siebie i innych!