Автор: А.Макеенко, медсестра отделения профилактики УЗ "Речицкая ЦРБ"

Грипп продолжает оставаться самым массовым инфекционным заболеванием, что определяет его, как актуальную медицинскую и социально-экономическую проблему. Это единственная инфекция, которая вызывает ежегодные эпидемии и периодические пандемии, охватывающие до 30% населения земного шара (1918г., 1957-1958г.г., 1968-1969г.г., 1977-1978г.г.). Очередная пандемия была объявлена Всемирной организацией здравоохранения 11 июля 2009 года в связи с распространением нового гриппа А H1N1.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) ежегодно заболевают гриппом 20-30% детей и 5-10% взрослых, а умирают от гриппа от 250 тыс. до 500 тыс. человек.

Ежегодно, по статистике, в Республике Беларусь гриппом и ОРИ заболевает каждый третий житель страны и регистрируется около 3 млн. случаев заболеваний.

Комплекс мероприятий, проведенных в предэпидемический период:

В период, предшествующий сезонному подъему, на основании многолетних данных разрабатываются прогностические эпидемические критерии средних многолетних уровней заболеваемости гриппом и ОРИ по 18 контрольным городам республики. С октября по апрель проводится слежение за активностью эпидемического процесса заболеваемости гриппом и ОРИ в сравнении с прогностическими критериями.

В Республике Беларусь создана система мероприятий, предусматривающих комплексную защиту населения от гриппа. Комплексный характер защиты населения от гриппа предполагает, в первую очередь, специфическую профилактику с использованием вакцин, профилактику с использованием лекарственных препаратов, проведение противоэпидемических мероприятий в очагах инфекции, а также проведение оздоровительных и общеукрепляющих мероприятий.

Наиболее эффективным и экономичным методом профилактики гриппа является вакцинопрофилактика. Ее преимущества очевидны. Прежде всего, это строгая специфичность вакцин к наиболее актуальным в сезоне штаммам вируса гриппа. Вакцинопрофилактика более чем в 2 раза превышает эффективность неспецифических средств профилактики. Не требует значительных материальных затрат, так как прививка проводится однократно или двукратно (детям). Вакцины применяются более 50 лет, за этот период их безопасность и эффективность возросли. Все разрешенные вакцины в РБ проходят контроль качества.

Противопоказаниями к иммунизации гриппозными вакцинами являются: аллергические реакции на куриный белок, реакция на предыдущее введение вакцины, иммунодефицитные состояния, новообразования. Поэтому перед проведением прививки в обязательном порядке проводится осмотр врача.

Неспецифические средства профилактики принимаются за 2-3 недели до начала эпидемии и на протяжении всей эпидемии.

С целью защиты населения от гриппа в республике ежегодно проводится иммунизация населения. В первую очередь, защищены уязвимые группы населения (группы риска), с целью предотвращения развития тяжелых форм заболевания гриппом, осложнений, смертельных случаев.

Тактика иммунизации против пандемического гриппа в республике строится в соответствии с эпидемической ситуацией в стране, мире и рекомендациями ВОЗ. Иммунизация против пандемического гриппа должна проводиться с целью, во-первых, защитить целостность системы оказания медицинской помощи и основной инфраструктуры республики, во-вторых, снизить заболеваемость и смертность в группах риска и, в-третьих, снизить передачу пандемического вируса среди населения.

Профилактика лекарственными препаратами показана в следующих случаях:

- как дополнение к поздней вакцинации (на период выработки антител);
- для детей, которые вакцинируются впервые (прием препаратов показан в течение 6 недель после первой вакцинации);
- для лиц с иммунодефицитом, у которых на вакцинацию может выработаться

недостаточный иммунный ответ;

- для лиц, которым вакцинация против гриппа противопоказана,
- для пожилых лиц, для которых эффективность вакцинации снижается до 70%;
- для невакцинированных лиц, находящихся в контакте с заболевшими родственниками и соседями;
- когда имеется угроза пандемии;
- для тех, кто по каким-либо причинам не был вакцинирован вовремя.

При профилактике лекарственными средствами рекомендуется применение антигриппина, амантадина, ремантадина, арбидола и др. Хорошим профилактическим средством также является оксолиновая мазь, она не имеет противопоказаний, применяется как у взрослых, так и у детей: 1-2 раза в день смазывают носовую полость в течение 20-25 дней.

В период сезонного подъема ОРИ, включая эпидемию гриппа, для повышения сопротивляемости организма инфекции, рекомендуется применять препараты, способствующие повышению иммунитета. Для этих целей используются витамины (С, А и группы В содержащиеся в комплексах «Гексавит», «Ревит», «Декамевит», «Ундевит», сиропе из плодов шиповника и других препаратах), а также адаптогены растительного происхождения (настойка аралии, экстракт элеутерококка, настойка и экстракт женьшеня). В последние годы популярны антиоксидантные комплексы, содержащие суточную физиологическую норму витаминов. С профилактической целью могут применяться многочисленные гомеопатические препараты и средства народной медицины.

Кроме медикаментозных средств применяются базисные оздоровительные мероприятия: закаливание, профилактическое ультрафиолетовое облучение, витаминизация пищи. В период эпидемии необходимо избегать скоплений большого количества людей, как можно больше гулять на свежем воздухе, не переохлаждаться, избегать стрессовых ситуаций, которые угнетают иммунитет.

Для предотвращения распространения таких респираторных болезней, как грипп, необходимо придерживаться обычных мер повседневной гигиены:

- Прикрывать нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Используемую салфетку выбрасывать в мусор.
- Тщательно и часто мыть руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.

- Не прикасаться к глазам, носу или рту. Инфекция передается именно таким способом.
- Стараться избегать близкого контакта с заболевшими людьми.
- Если заболели, необходимо остаться дома в течение 7 дней после выявления симптомов. Это необходимо для предотвращения заражения других людей и дальнейшего распространения вируса.
- Избегать мест скопления людей.

При наличии больного в семье очень важно проведение простейших противоэпидемических мероприятий: изоляция больного, выделение ему отдельной посуды, полотенца, проветривание и влажная уборка помещения, ношение маски при уходе за больным.

Каждый человек, владея достаточной информацией о гриппе, может сознательно сделать свой выбор: прививаться против гриппа или нет. Во всяком случае, этот выбор не будет случайным.