

# GRYPA jest groźną

# chorobą zakaźną, której możesz zapobiec!

GRYPA

GRYPA to ostra choroba wirusowa, bardzo zakaźna, szerząca się drogą kropelkową i powodująca cykliczne epidemie i pandemie. Wirus grypy atakuje układ oddechowy.<sup>1</sup>

## Jak można zarazić się wirusem grypy?

Wirus grypy przenosi się drogą kropelkową w czasie ruchu powietrza, kichania czy kaszlu. Ludzie mogą zarazić się grypą po prostu przez przebywanie w tym samym miejscu z inną osobą zarażoną wirusem grypy.<sup>1</sup>

## Czy to jest grypa, czy przeziębienie?

Główne objawy grypy to: wysoka gorączka (najczęściej powyżej 39°C), bóle mięśniowe, osłabienie (złe samopoczucie, uczucie zmęczenia), kaszel, ból gardła, ból głowy, katar itp. U małych dzieci mogą pojawić się zaburzenia żołądkowo-jelitowe. Ze względu na podobieństwo objawów grypy i objawów wywołanych przez inne wirusy łatwo jest pomylić grypę ze zwykłym przeziębieniem. Zawsze jednak przebieg grypy jest cięższy.<sup>2</sup>

## Dlaczego grypa jest groźną chorobą?

Grypie mogą towarzyszyć powikłania. Wśród powikłań, najczęstszymi i najbardziej znaczącymi są te ze strony układu oddechowego: zapalenie płuc i oskrzeli, a także zapalenie oskrzelików u niemowląt i małych dzieci. Grypa może spowodować powikłania ze strony innych układów, np.: zapalenie mięśnia sercowego, zapalenie mięśni, a nawet zapalenie mózgu.<sup>2</sup>

## Kto jest najbardziej narażony na powikłania?

Czynnikami ryzyka, które usposabiają do wystąpienia powikłań pogrypowych, są: wiek (>50 lat, małe dzieci), choroby układu oddechowego, choroby układu krążenia, choroby nerek, niedobory odporności, cukrzyca.<sup>2</sup>

## Jak można „Zdążyć przed grypą”?

### Skuteczną metodą jest szczepienie przeciw grypie.<sup>3</sup>

Należy pamiętać, że szeroko dostępne bez recepty tzw. leki przeciwgrypowe mogą jedynie łagodzić objawy choroby, a nie zabezpieczyć przed jej wystąpieniem, gdyż nie mają wpływu na wirusa grypy.<sup>2</sup>

## Czy dzieci mogą być szczepione przeciw grypie?

Dzieci po ukończeniu 6 miesiąca życia mogą być szczepione. Jeżeli dziecko jest w wieku od 6 do 35 miesięcy życia, warto zapytać pediatrę o sposób szczepienia przeciw grypie stworzony specjalnie dla dzieci w tym wieku. Szczepienia dzieci są zalecane ze względu na dużo częstsze zachorowania w tej grupie wiekowej. Dzieci chorujące na grypę są również źródłem zakażenia dla ludzi starszych.<sup>4</sup>

## Szczepienie przeciw grypie

zaleca Amerykański Komitet Doradczy ds. Szczepień (ACIP).<sup>5</sup> W Polsce Główny Inspektor Sanitarny (GIS)<sup>7</sup> zaleca:

ze wskazań klinicznych i indywidualnych:

- przewlekłe chorym (astma, cukrzyca, niewydolność układu krążenia, oddychania, nerek)
- w stanach obniżonej odporności
- osobom > 55 r. ż.

ze wskazań epidemiologicznych:

- pracownikom służby zdrowia, szkół, handlu, transportu, budownictwa oraz osobom narażonym na kontakty z dużą liczbą ludzi bądź pracującym na otwartej przestrzeni.

**Grypa jest groźną chorobą, której możesz zapobiec. Zapytaj swojego lekarza o szczepienie przeciw grypie!**

### Bibliografia / Referencje

1. Olszyńska-Krowicka M., Grypa, Choroby zakaźne i pasożytnicze pod red. Z. Dziubka, PZWL, Warszawa 2000. 2. Brydak L.B., Grypa – choroba, która nie respektuje granic państwowych. Przewodnik Lekarski, 2002, 9(45):42-53. 3. Mevlin M., L'evolution de l'efficacite de la vaccination antigrippale dans, BEH 1990;41 176-7. 4. Reichert T.A. i wsp., Efekt populacyjny masowego szczepienia dzieci w wieku szkolnym przeciw grypie – doświadczenia japońskie, komentarz Brydak L., Medycyna Praktyczna – Pediatria, 2001, 4(16), 43-7. 5. CDC. Prevention and Control of Influenza. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). MMWR July 28, 2006;55:1-42. 6. List prof. Lidii B. Brydak i prof. Andrzeja Steciwko z sierpnia 2006 r. 7. Komunikat Głównego Inspektora Sanitarnego z dn. 14.03.2006r.

## Kiedy najlepiej się zaszczepić?

Według Amerykańskiego Komitetu Doradczego ds. Szczepień, optymalny termin szczepienia przeciw grypie to **październik – listopad**.<sup>5</sup> Stanowisko to potwierdzają również polscy eksperci w dziedzinie grypy: „...w Polsce od kilkunastu sezonów epidemicznych szczyt zachorowań na grypę rejestruje się między styczniem a marcem (...) Oznacza to, że szczepienia przeciw grypie mogą być wykonywane także w listopadzie i w grudniu, a nawet wówczas, gdy wirus krąży już w populacji”.<sup>6</sup>

**TUTAJ zanotuj termin swojego szczepienia przeciw grypie na sezon 2006/2007**

Imię i nazwisko lekarza: .....

Data: ..... Godzina: .....

W celu uzyskania dodatkowych informacji prosimy o kontakt z naszym biurem.

**sanofi pasteur**  
The vaccines business of sanofi-aventis Group

**Infolinia: 0 801 120 130** koszt połączenia wynosi jeden impuls rozmowy lokalnej

Sanofi Pasteur Sp. z o.o., ul. Grzybowska 80/82, 00-844 Warszawa, Tel. 022 661 55 39; Fax: 022 661 55 37, www.sanofipasteur.com

Szczepienie wymaga konsultacji z lekarzem. Informacja informacyjna dla pacjentów. Data opracowania - wrzesień 2006. Data kolejnej aktualizacji - wrzesień 2007. LV/01/09/06