

## **Профилактика гриппа и ОРВИ**

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по всему миру ежегодно во время сезонных эпидемий только тяжёлыми формами гриппа заболевает от 3 до 5 млн. человек, а умирает от 250 до 500 тыс. человек. В России на грипп и другие респираторные вирусные инфекции приходится свыше 90% от всей инфекционной заболеваемости.

Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (далее ОРВИ) объединяются сходные клинические симптомы заболеваний. Вирус передаётся воздушно – капельным путём и поражает, в основном, респираторный тракт. Распространение инфекции происходит достаточно быстро среди неиммунных контингентов, в частности, среди детей.

Опасность гриппа и многих ОРВИ заключается в том, что под влиянием вирусов развиваются вторичные иммунодефициты. Это приводит к снижению сопротивляемости организма и защитных свойств слизистых оболочек дыхательных путей. В результате возникают осложнения: воспаления бронхов (бронхиты, бронхолиты) и лёгких (пневмонии), отиты, гаймориты и другие заболевания вирусной или вирусно – бактериальной этиологии. Эти осложнения наиболее опасны для детей до 2-х лет и престарелых больных с хроническими бронхо – лёгочными и сердечно – сосудистыми заболеваниями. После перенесения гриппа обостряются хронические болезни ревматизм, туберкулёз, бруцеллёз, сердечно – лёгочные заболевания, диабет и др.

Вирусы гриппа по современной классификации разделены на 3 типа: А,В,С. Наибольшую опасность из – за антигенной изменчивости представляют вирусы группы типа А, к которому относится и вирус гриппа А (H1 N1) sw1, называемый «свиным гриппом».

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) 11 июня 2009г. Отнесла ситуацию с распространением этого гриппа к максимальному 6-ому пандемическому уровню, призвав страны усилить надзор за циркуляцией вирусов гриппа и принять меры к повышению готовности к пандемии.

### ***Вакцинопрофилактика:***

Наиболее эффективным и научно обоснованным методом профилактики гриппа остаётся вакцинация. В настоящее время проводится работа по получению кандидатных штаммов для создания пандемической вакцины. Вместе с тем ВОЗ с целью предупреждения тяжёлых осложнений и смертельных исходов от гриппа рекомендует продолжить иммунизацию населения против сезонного гриппа.

Перед эпидемическим сезоном 2009-2010гг. в нашей стране основной вакциной для массовой иммунизации детей с шестимесячного возраста, подростков и взрослых без ограничения возраста будет оставаться вакцина Гриппол (вакцина гриппозная тривалентная полимерсубъединичная жидкая), которая выпускается в больших масштабах на предприятии концерна «Микроген» в г. Уфе.

Минздравсоцразвития России разрешил к применению в нашей стране для детей с 3-х лет, подростков и взрослых аналог вакцины Гриппол – полимерсубъединичную вакцину Гриппол+, выпускаемую фармакологической компанией «Петровакс» в удобной расфасовке: шприц – дозе по 0,5мл. Из зарубежных гриппозных вакцин разрешены к применению субъединичные вакцины Инфлювак, Агриппал S1, расщеплённые вакцины Ваксигрипп, Флюарикс, Бегривак и вирусомальная инактивированная вакцина Инфлексал.

### ***Специфическая профилактика:***

Для специфической химиопрофилактики и лечения гриппа и ОРВИ в России Минздравсоцразвития России разрешил проименять:

Арбидол – при гриппе типов А и В, в том числе А (H1N1)sw1, А(H5N1), других ОРВИ, т.к. он обладает противовирусными, интерониндуцирующими, иммуномодулирующими и антиоксидантными свойствами;

Тамифлю (озельтамивир) и Реленза(занамивир)- при гриппе А и В, в том числе А (H1N1)sw1 и А (H5N1).

Применение Ремантидина для профилактики и лечения гриппа А(H1N1)sw1 нецелесообразно в связи со 100%-ной устойчивостью штаммов этого вируса к данному препарату.

В последние годы в профилактику и терапию гриппа и ОРВИ широко внедряются интерфероны и индукторы интерферонов: Виферон, Ингарон, Ингавирин, Циклоферон, Кагоцел, Гриппферон,

Офтальмоферон и др.

Следует помнить, что эффективность терапии всеми противовирусными препаратами зависит от своевременности начала их применения. Они наиболее эффективны при использовании не позже чем на 1-2 –й дни от начала заболевания.

Все противовирусные препараты следует применять по рекомендации лечащего врача в соответствии с инструкциями, прилагаемыми к каждой упаковке указанных выше средств, где подробно изложены возрастные дозировки, показания и противопоказания.

### ***Неспецифическая профилактика:***

Неспецифическая профилактика гриппа и ОРВИ, направленная на повышение общей резистентности, т.е. сопротивляемости организма человека, продолжает оставаться весьма актуальной. Она

включает в себя:

- улучшение иммунного статуса детей и взрослых с помощью иммунопрепаратов;
- рациональное закаливание, пропаганду физкультуры и спорта, здорового образа жизни, борьбу с курением, алкоголизмом и наркоманией;
- создание благоприятных температурных условий в производственных, учебных и жилых помещениях, особенно в детских дошкольных учреждениях и образовательных учреждениях всех уровней;
- витаминизацию пищи (витамином С и др.), активное предупреждение авитаминозов;
- широкую пропаганду и внедрение постоянного потребления населением йодированной поваренной соли (учитывая, что большинство регионов России относится к йоддефицитным территориям).

По –прежнему актуальными остаются использование во время подъёмов заболеваемости гриппом и ОРВИ защитных очков и 4-х-слойных марлевых или одноразовых масок в очагах гриппа и ОРВИ, а также в медицинских учреждениях и местах массовых скоплений людей. Марлевые маски необходимо обеззараживать кипячением (не менее 15 минут) в любом моющем растворе, использовать их не более 3-4ч, а затем менять.

Больных следует изолировать в отдельные комнаты, а при необходимости по медицинским показаниям, - направлять в стационары. Бельё, носовые платки, постельные принадлежности кипятят в растворах моющих средств не менее 15 минут с момента закипания. В помещениях, где находится больной, проводят ежедневную влажную уборку прокипяченной ветошью с моющими средствами или с 0,5%-ым раствором хлорамина.

В эпидемическом сезоне 2009-2010гг. ожидается заболеваемость сезонным гриппом средней интенсивности. Как и в прошлые годы, дети будут болеть значительно чаще, чем взрослое население.

Активное распространение пандемического вируса может начаться в России в осенние месяцы 2009г. Расширение масштабов вакцинопрофилактики гриппа способно существенно снизить заболеваемость и осложнения гриппозных инфекций. Планируется, что вакцинопрофилактика гриппа А (N1N1)sw1 в России будет начата с осени 2009года.

### ***Грипп А (H1N1): Памятка для родителей.***

Грипп, вызываемый новым типом вируса А(H1N1), протекает как респираторное заболевание, передаётся от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путём. Маленькие дети, беременные женщины и люди с хроническими заболеваниями, такими, как астма, диабет или болезни сердца, подвержены большему риску появления осложнений от инфекции.

#### ***Каковы симптомы заболевания?***

У большинства детей симптомы гриппа А(H1N1) подобны симптомам обычного гриппа:

- жар;   -головная боль;
- кашель;                                    -озноб и усталость;
- боль в горле;                             -изредка- рвота и понос;
- ломота в теле.

У детей младшего возраста типичные симптомы могут не проявляться, но у них отмечается затруднённое дыхание и слабая активность.

#### ***Как уберечься от инфицирования?***

В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм ( в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. При соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение микробов, вызывающих респираторные заболевания типа гриппа А (H1N1):

- часто мыть руки с мылом в течение 20с;
- кашлять и чихать в салфетку или прикрывать рот рукой;
- не подходить к больным ближе, чем на 1,5 – 2м.;
- воздержаться от посещения магазинов, кинотеатров или других мест скопления людей, особенно в районах, где был зафиксирован грипп А(Н1N1)
- заболевшие дети должны оставаться дома( не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.

### ***Что делать, если ребёнок заболел?***

- Оставляйте больного ребёнка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Не отправляйте его в школу или в дошкольное учреждение.

- Давайте ребёнку много жидкости (сок, воду и др.)
- Создайте больному комфортные условия. Крайне важен покой.
- Если у ребёнка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете ему дать жаропонижающие средства, которые пропишет врач с учётом возрастных особенностей пациента.
- Если кто – либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми.

Если ваш ребёнок имел контакт с больным гриппом А(Н1N1), спросите у врача о необходимости приёма противовирусных препаратов для предупреждения заболевания этим гриппом.

Срочно обратитесь за медицинской помощью, если у вашего ребёнка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков:

- учащённое или затруднённое дыхание;
- синюшность кожных покровов;
- отказ от достаточного количества питья;
- непробуждение или отсутствие реакции;
- возбуждённое состояние;
- задержка мочеиспускания или отсутствие слёз во время плача;
- симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем.