

Grypa – objawy, profilaktyka i szczepienia



Wyk. Katarzyna
Wieczerek

Grypa jest ostrą chorobą zakaźną, wywoływaną przez wirusy grypy.

Źródła zakażenia

- Do zakażenia dochodzi **drogą kropelkową lub przez kontakt ze skażoną powierzchnią**. Okres inkubacji wynosi 1-4 dni. Wirusy grypy atakują komórki nabłonka dróg oddechowych, w których się namnażają. W konsekwencji powodują ich zniszczenie, co z kolei ułatwia rozwój infekcji bakteryjnych.
- Choroba trwa, o ile nie dojdzie do powikłań, **około 7 dni**. Kaszel i złe samopoczucie mogą utrzymywać się **ponad 2 tygodnie**.
- Powodem ciężkiego przebiegu grypy są **powikłania pogrypowe, m.in. zapalenie płuc i oskrzeli, zapalenie ucha środkowego, zapalenie mięśnia sercowego i osierdzia, zaostrzenie istniejących chorób przewlekłych, powikłania neurologiczne**.

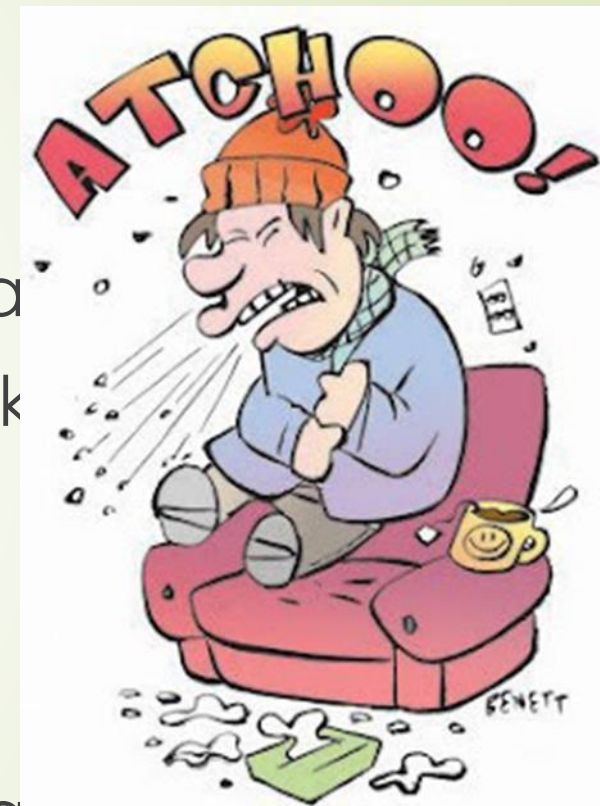
Objawy grypy

- pojawia się wysoka gorączka, katar, kaszel, ból głowy
- chory odczuwa bóle mięśniowe
- towarzyszy jej ogólne uczucie osłabienia i rozbicia
- niekiedy pojawiają się wymioty i łagodna biegunka u małych dzieci ból brzucha.

Grypa rozwija się **bardzo szybko**

(wirus szybko się namnaża).

Rozpoznanie grypy i odróżnienie jej od przeziębienia nie jest łatwe, należy zawsze skonsultować się z lekarzem



Kto jest narażony na zachorowanie?

Zachorować **na grypę może każdy**, ale szczególnie ciężko przechodzą grypę:

- osoby powyżej 65. roku życia
- dzieci poniżej 5. roku życia
- kobiety w ciąży
- osoby z nadwagą/otyłością
- osoby z przewlekłymi chorobami: serca, płuc, niedoborami odporności (np. zakażenie wirusem HIV), cukrzycą, zastoinową niewydolnością serca.

Profilaktyka

- ➔ **Żeby chronić siebie oraz swoich bliskich przed grypą należy:**
 - zaszczepić się
 - często myć ręce
 - kichać w chusteczki lub w zgięcie łokciowe tak, aby nie przenosić wydzieliny na dłonie, którymi często dotykamy twarzy
 - unikać przebywania w zatłoczonych miejscach (szczególnie w czasie nasilenia sezonu grypowego)
 - unikać dotykania oczu, nosa i ust rękami, którymi dotykaliśmy np. klamek, poręczy, pieniędzy
 - pozostać w domu w przypadku objawów choroby.

Szczepienia przeciw grypie

- Szczepienie przeciwko grypie **nie chroni w 100 proc.** przed zachorowaniem, ale dzięki niemu, nawet w przypadku wystąpienia choroby, jej **przebieg będzie łagodniejszy.**
- Najlepiej zaszczepić się **na początku sezonu grypowego**, czyli jesienią.
- Po podaniu szczepionki odporność rozwija się w ciągu **dwóch-trzech tygodni i utrzymuje się 6-12 miesięcy.**
- Przez dwa dni po szczepieniu możesz mieć **miejscowe zaczerwienienie i ogólne złe samopoczucie**, które mijają samoistnie. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia po szczepieniu niezbędny jest kontakt z lekarzem.
- Ponieważ wirus grypy szybko się zmienia, co roku szczepionka ma nieco inny skład. Jest on opracowywany w oparciu o nowe szczepy wirusa, które wywołują grypę w danym sezonie. Dlatego szczepić się należy co roku.
- Szczepienie **jest dobrowolne, ale zalecane.** Zwłaszcza wtedy, jeśli ktoś ma **niską odporność** lub pracuje z osobami o zaburzonej odporności lub ma kontakt z wieloma osobami w pracy.
- Szczepienia przeciwko grypie są w połowie **refundowane dla kobiet w ciąży i bezpłatne dla osób powyżej 75 roku życia.**

Szczepienia

- Szczepionki przeciw grypie charakteryzują się najmniejszą liczbą rejestrowanych niepożądanych odczynów poszczepiennych.
- Po szczepieniu mogą wystąpić reakcje miejscowe, tj.: **zaczerwienienie, bolesność i obrzęk w miejscu wstrzyknięcia oraz rzadziej reakcje ogólne (niewielki wzrost temperatury ciała, ból mięśni, stawów i głowy)**, ustępujące po kilku dniach.
- Przeciwwskazaniem do szczepienia przeciw grypie jest m.in. **reakcja anafilaktyczna** po wcześniejszym podaniu szczepionki, **ostra infekcja i wysoka gorączka powyżej 38°C**.

Refundacja szczepionek przeciw grypie w sezonie 2022/2023

Wskazanie refundacyjne	Vaxigrip Tetra (we wstrzyknięciu)	Influvac Tetra (we wstrzyknięciu)	Fluenz Tetra (donosowa)	Poziom refundacji
Dzieci 6 - 24 m.ż.	+			50%
Dzieci 24 - 60 m.ż.	+		+	50%
Dzieci 60 m. ż. - 18 r.ż.	+		+	50%
Kobiety w ciąży	+	+		bezpłatne
Osoby w wieku 18 - 64 lata z grup ryzyka	+	+		50%
Osoby w wieku 65 - 74 lata	+			50%
Osoby w wieku 75+	+			bezpłatne

Jak będą prowadzone szczerzenia przeciw grypie w sezonie 2022/2023?



- Szczerionki będą dostępne **w ramach refundacji:**
 - bezpłatnie osobom w wieku **75+** oraz **kobietom w ciąży,**
 - **z 50% refundacją:** osobom w wieku **65+**, dzieciom po ukończeniu **6 m.ż.** a przed ukończeniem **18 lat,** osobom w wieku **18 – 65 lat** z dodatkowymi chorobami,
 - **pozostałym grupom – odpłatnie** (koszt preparatu),
 - niektóre samorządy będą realizowały **bezpłatne programy szczerień seniorów.**
- Szczerzenia będą wykonywane **w podmiotach leczniczych** (szczerzenia dzieci i dorosłych) **i ogólnodostępnych aptekach** (szczerzenia dorosłych).
- Badanie kwalifikacyjne przed szczerieniem osoby dorosłej może przeprowadzić: **lekarz, felczer, lekarz dentyista, pielęgniarka, położna, ratownik medyczny, fizjoterapeuta, diagnosta laboratoryjny oraz farmaceuta.**
- Badanie kwalifikacyjne **przed szczerieniem dziecka** prowadzi: **lekarz.**
- W każdej sytuacji przed wykonaniem szczerienia potrzebna jest **recepta.**
- Wykonanie szczerienia będzie odnotowane **w elektronicznej Karcie Szczerień.**