

Вакцины против гриппа в сезон 2018-2019 год

Поскольку гриппозное состояние сопровождается осложнениями, возникает острая необходимость использования на практике противогриппозных прививок. Решиться на такую процедуру можно только в добровольном порядке. В современной фармакологии разработаны следующие импортные и отечественные вакцины от гриппа: Гриппол. Раствор прозрачного цвета представляет внутримышечную и подкожную инъекцию с/без консерванта. Высокую дозу препарата взрослым вводят глубоко в дельтовидную мышцу, детям младшего возраста – в наружную область бедра спереди. Доза до 3 лет – 0,25 мл дважды с интервалом 4 недели, от 3 лет – 0,5 мл однократно. Аналогом является препарат Гриппол Плюс. Инфлювак. Вводится аналогично в осенне-зимний период при четком соблюдении рекомендованной дозы вакцины. В Москве препарат стоит от 285 рублей, доступен всем желающим. Вакциной Инфлювак прививают однократно: детей до 3 лет – 0,25 мл, пациентов от 3 лет – 0,5 мл. Если дети не привиты, не исключено двукратное введение раствора. Совигрипп. Эта вакцина от гриппа 2018-2019 разработана с новым штаммом h1n1 – от разновидности характерного недуга под названием «Мичиган». Прививка вводится внутримышечно в плечо, разрешена пациентам от 18 лет. После вакцинации важно первое время остерегаться переохлаждения организма, контакта с больными ОРВИ и ОРЗ. Какой штамм будет преобладать в России Бесплатная противогриппозная прививка 2018-2019 – Совигрипп, выполнить которую можно в поликлинике по месту регистрации или на работе при официальном трудоустройстве. Вводится внутримышечно, однократно за сезон. Этот противогриппозный препарат с 2013-2014 года выпуска несколько модифицировался, поскольку защищает организм даже от гриппа «Мичиган». Купить вакцину от гриппа в Москве можно в аптеках, но прививка выполняется на бесплатной основе. Сроки проведения прививочной кампании Пик эпидемии вирусных заболеваний приходится на зимний период, а особенно опасными для здоровья являются месяцы январь и февраль. Так что к этому времени требуется подготовиться заранее и взрослому и ребенку. Чтобы не заразиться птичьим, свиным гриппом и другими модификациями патогенной флоры, прозрачный раствор должен попасть в организм в октябре – ноябре месяце. С 4 сентября 2018 до 29 октября 2018 профилактическую прививку можно получить в поликлиниках, мобильных пунктах, больницах и центрах государственных услуг. Это сроки действия прививочной компании 2018-2019 года, которая разворачивается в каждом городе Российской Федерации. Лекарство эффективно для беременных, при этом не вредит внутриутробному развитию плода. Рекомендована к проведению всеми желающими.

Источник: https://sovets24.ru/1140-vakcina-ot-grippa-2017-2018.html

Люди с эндокринными заболеваниями имеют наиболее высокий риск поражения вирусом гриппа. Об этом в среду на пресс-конференции в рассказала руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главный государственный санитарный врач РФ Анна Попова.

«Люди с нарушениями здоровья, связанными с гормональными изменениями, с эндокринной патологией, в первую очередь поражаются вирусом гриппа, и, к сожалению,

именно таких пациентов — людей с хронической патологией, больше всего», — сказала Попова.

Она отметила, что также в группе риска находятся люди с хронической патологией органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, беременные женщины, дети и пожилые люди.

Попова напомнила, что вирус гриппа очень изменчив, поэтому в этом эпидемическом сезоне вакцина изменена. «В этом году у нас [вакцина] из трех штаммов гриппа. Два по отношению к прошлому году заменены», — сказала она. По данным Всемирной организации здравоохранения, в сезоне 2018-2019 годов ожидаются в основном грипп В, а также грипп А — H3N2 и H1N1.

Ежегодно подъем заболеваемости ОРВИ негриппозного характера происходит в сентябре, когда все возвращаются из отпусков в коллективы. Заболеваемость гриппом начинается позднее. Вакцинация от гриппа стартует ежегодно в конце августа — начале сентября и заканчивается в декабре. Пики заболеваемости гриппом обычно приходятся на январь-март.

Как уберечься от гриппа?

Грипп проходит за несколько дней, однако он опасен обострениями хронических заболеваний и осложнениями.

Пути передачи:

- воздушно-капельный;
- контактно-бытовой.

Как уберечься:

- 1 мойте руки с мылом;
- 2 во время эпидемии пользуйтесь маской в местах скопления людей;
- 3 избегайте контактов с людьми с признаками болезни;
- 4 ешьте больше продуктов, содержащих витамин С;
- 5 ешьте больше блюд с луком и чесноком;
- 6 используйте средства, повышающие иммунитет, по рекомендации врача.



Симптомы:

- температура 37,5–39 °С;
- головная боль;
- насморк или заложенный нос;
- слабость и усталость;
- боль и першение в горле, кашель;
- боль в мышцах и суставах.

При появлении симптомов заболевания необходимо обратиться к врачу.

Вакцинация — самое эффективное средство против гриппа.

За 2–3 недели

до начала эпидемии гриппа необходимо сделать прививку.

© ТАСС, 2018. Источники: ТАСС, Роспотребнадзор, ВОЗ.

Глава Роспотребнадзора рассказала, чем запастись перед сезоном гриппа

Анна Попова посоветовала россиянам провести ревизию в аптечке и не стремиться запастись антибиотиками и противовирусными препаратами

Главный государственный санитарный врач РФ, руководитель Роспотребнадзора Анна Попова посоветовала россиянам провести ревизию в аптечке и не стремиться запастись антибиотиками и противовирусными препаратами. Об этом она сообщила в среду на пресс-конференции в ТАСС.

По словам Поповой, ревизию домашней аптечки можно провести уже сейчас, хотя бы чтобы проверить, нет ли там препаратов с истекшим сроком годности. «Абсолютно точно я бы не рекомендовала покупать антибиотики сегодня и противовирусные и ими запастись», — сказала она. При этом она рекомендовала держать в домашней аптечке одноразовые маски.

По данным Всемирной организации здравоохранения, в сезоне 2018-2019 годов ожидаются в основном грипп В, а также грипп А — H3N2 и H1N1. Ежегодно подъем заболеваемости ОРВИ негриппозного характера происходит в сентябре, когда все возвращаются из отпусков в коллективы. Заболеваемость гриппом начинается позднее.

Вакцинация от гриппа стартует ежегодно в конце августа — начале сентября и заканчивается в декабре. Пики заболеваемости гриппом обычно приходятся на январь-март.

Вакцинация против гриппа была сделана детям в субъектах РФ, детям ввели высококачественную вакцину отечественного производства. Об этом в среду на пресс-конференции в ТАСС рассказала руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главный государственный санитарный врач РФ Анна Попова.

«Вакцинация в школах началась с сентября, на сегодняшний день в части субъектов выполнены все планы и привиты все дети, которые должны быть привиты и вакцина против гриппа для детей — это тоже отечественная вакцина очень хорошего качества, дающая 95-процентный иммунитет после прививки уже поставлены, работают».

Она также призвала родителей задуматься над необходимостью прививать собственных детей от гриппа.

Попова также отметила, что среди привитых от гриппа людей летальных случаев от этого заболевания не наблюдалось.

По данным Всемирной организации здравоохранения, в сезоне 2018-2019 годов ожидаются в основном грипп В, а также грипп А — H3N2 и H1N1. Ежегодно подъем заболеваемости ОРВИ негриппозного характера происходит в сентябре, когда все возвращаются из отпусков в коллективы. Заболеваемость гриппом начинается позднее. Вакцинация от гриппа стартует ежегодно в конце августа — начале сентября и заканчивается в декабре. Пики заболеваемости гриппом обычно приходятся на январь-март.

КАК ОТЛИЧИТЬ ГРИПП ОТ ПРОСТУДЫ И КАК ПЕРЕЖИТЬ ЭПИДЕМИЮ

Недооцененная угроза

Опасность гриппа недооценивают. Между тем он является одним из самых серьезных и массовых заболеваний среди прочих вирусных инфекций. Сезонный грипп, по данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно вызывает от 3 млн до 5 млн случаев тяжелой болезни и приводит к 250-500 тыс. смертей.

Из всех случаев инфекционных заболеваний грипп и ОРВИ составляют 95%.

Врачи постоянно предупреждают об опасности гриппа и призывают россиян делать прививки. Благодаря увеличению охвата вакцинацией [почти в полтора раза](#) за последние пять лет в России удалось снизить заболеваемость более чем в три раза. Тем не менее многие россияне не видят большой разницы между гриппом и обычной простудой и не спешат прививаться от вируса.

Чем грипп отличается от ОРВИ и ОРЗ

Как объясняет главный эпидемиолог Минздрава России Николай Брико, простуда — это бытовое народное название всех недугов, связанных или с переохлаждением, или с заболеванием верхних дыхательных путей, включая вирусные инфекции.

В Международной классификации болезней (МКБ 10) понятия «простуда» нет. Грипп — инфекционное заболевание, которое вызывается вирусами.

Острые респираторные заболевания и острые респираторные вирусные инфекции

Температура до 37,5-38,5 °С

Головные боли

Резь в глазах

Насморк

Боли в горле

Кашель

Озноб

Слабость и сонливость

Грипп

Температура от 38,5 °С до 40 °С

Сильные головные боли

Резь в глазах (симптом ярко выражен)

Насморк

Боли в горле (симптом ярко выражен)

Кашель (симптом ярко выражен)

Озноб (симптом ярко выражен)

Слабость и сонливость (симптом ярко выражен)

Боли в мышцах

Повышенное потоотделение

Иногда дискомфорт в животе, рвота, диарея

Чем опасен грипп

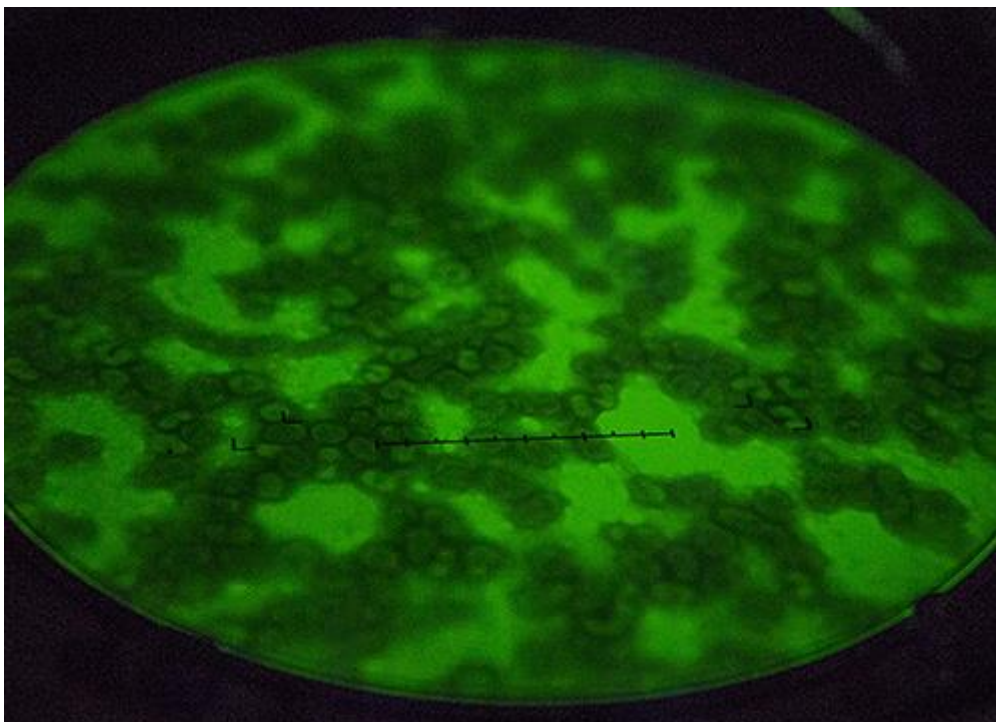
Несмотря на развитие науки, человечеству до сих пор не удается полностью победить грипп. Это связано с его способностью быстро эволюционировать.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Правда ли, что за день вирус гриппа может измениться сильнее, чем человеческий геном за несколько миллионов лет?

Сравнивать скорость изменения вирусных и человеческих геномов напрямую некорректно: геном человека в миллионы раз больше (3 миллиарда «букв» у людей против 13 тысяч у вируса гриппа), а цикл размножения в десятки тысяч раз длиннее (25 лет у *Homo sapiens* против 6 часов у гриппа). При этом относительная скорость накопления мутаций у вируса гриппа как минимум в 100 раз выше, чем у человека.

На фото: штамм вируса гриппа под электронным микроскопом



Постоянно возникающие новые штаммы позволяют патогенам обходить защиту иммунной системы человека и обеспечивают устойчивость к лекарственным препаратам.

Высокая изменчивость вируса, способная вызвать болезнь у переболевших людей, способствует возникновению пандемий (глобальных эпидемий) гриппа. Считается, что с 1500 года человечество пережило минимум 15 пандемий.



Пандемии случаются, когда человеческий вирус гриппа получает фрагменты генома от вирусов, которые обычно размножаются в других видах, например в свиньях или птицах. Такие вирусы оказываются совершенно новыми для нашего иммунитета, поэтому болезнь распространяется среди огромного количества людей.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Правда ли, что свиньи являются идеальными инкубаторами для выращивания новых штаммов гриппа, так как восприимчивы ко всем его разновидностям?

Действительно, свиньи восприимчивы к собственным вирусам гриппа, а также к вирусам людей и птиц. Благодаря такой «неразборчивости», вирусы, специфичные для всех этих живых существ, в организме свиней могут встретиться и «перемешаться», создав новую разновидность.



Помимо высокой скорости мутации, грипп опасен легкой передачей. Вирусом можно заразиться через предметы обихода и воздушно-капельным путем, например при разговоре или чихании.

Но основная угроза гриппа заключается в осложнениях. На его фоне часто развиваются пневмонии, поражения сердца и сосудов, а также заболевания нервной системы, например менингит. Особенно уязвимы маленькие дети, пожилые или хронически больные люди.

Сезонный грипп

Ежегодно фиксируются сезонные эпидемии гриппа. По словам эпидемиологов, в России это период с ноября по май.

Период между инфицированием и заболеванием (инкубационный период) длится около двух дней, но может достигать и до пяти. Тяжесть болезни зависит от общего состояния здоровья, возраста, от того, контактировал ли больной с данным типом вируса ранее.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Правда ли, что в замороженном виде вирусы живут вечно?

Ответить на вопрос, может ли нечто сохраняться вечно, по понятным причинам невозможно. Но в холодной воде (около 4 °C) в лабораторных условиях вирусы гриппа сохраняют активность много месяцев, и теоретически их можно хранить в замороженном виде. Однако повторяющиеся циклы заморозки-разморозки, особенно в неоптимальных условиях вне лаборатории для вирусных частиц фатальны: в каждом таком цикле выживает не больше 10%.



Профилактика

Вакцинация — самая надежная защита

Основным и самым эффективным методом профилактики гриппа, по мнению врачей и эпидемиологов, является вакцинация. В организм вводят частицу инфекционного агента, которая стимулирует выработку антител, предотвращающих размножение вирусов.

Когда мы вводим живую вакцину — это как тренажер. Он позволяет иммунитету накачаться, как спарринг-партнер в боксе, который в ответ не ударит — бывший главный санитарный врач Геннадий Онищенко

Прививка снижает риск заболеть на 70-80%. Как пояснил главный эпидемиолог Минздрава России Николай Брико, даже в случае заражения привитый человек перенесет заболевание в легкой форме и без осложнений. В связи с тем, что вирус постоянно мутирует, штаммовый состав вакцин ежегодно обновляется, добавил эксперт.

Прививаться нужно в сентябре-ноябре. Иммуитет сохраняется в течение 7-9 месяцев. Если вы пропустили время вакцинации, а эпидемия уже началась, не нужно бежать в прививочный кабинет – иммуитет формируется в среднем 21 день.

Кому надо прививаться

Вакцинация рекомендуется всем лицам старше 6 месяцев, у которых нет противопоказаний.

К основным противопоказаниям относятся:

- аллергические реакции на компоненты вакцины – куриный белок;
- тяжелая реакция на введение аналогичной вакцины ранее;

- обострение хронического заболевания или инфекционное заболевание в острой стадии. В этом случае прививку можно делать через 2-3 недели после выздоровления.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Правда ли, что иммунологическая память (о вирусах предыдущих эпидемий) позволяет пожилым людям успешнее бороться с новыми вирусами?

Совсем наоборот: именно люди старше 65 чаще всего становятся жертвами даже «обычного» вируса гриппа, а тем более его пандемических разновидностей – от 80 до 90% смертей от гриппа и его осложнений приходится на эту категорию. Дело в том, что с возрастом иммунная система начинает хуже справляться со своими «обязанностями», поэтому после 65 лет вакцинация от гриппа становится особенно важна. Более того, в последние годы разработаны специальные вакцины для пожилых людей, так как из-за сниженной активности иммунитета обычные вакцины могут не давать достаточной защиты.



Откуда в вакцине куриный белок

Для производства вакцин вирусные частицы впрыскивают в куриные яйца, внутри которых они хорошо размножаются. Затем вирусы собирают и инактивируют нагреванием. Для получения вакцины используют либо вирусную частицу целиком, либо ее части, либо отдельные белки вируса (прежде всего гемагглютинин и нейраминидазу).

Людам с легкой формой аллергии на белок куриных яиц перед вакцинацией необходимо проконсультироваться с врачом, людям с тяжелой аллергией делать прививку от гриппа

традиционными вакцинами нельзя. Но уже разработаны технологии создания рекомбинантных вакцин от гриппа, которые в принципе не используют куриные яйца, и в некоторых странах, например в США, такие вакцины доступны на рынке.

Где можно привиться

Направление на бесплатную прививку можно получить у участкового терапевта. Если руководители предприятия заключили договор с государственным медицинским учреждением, вакцинация для сотрудников также будет бесплатной.

Кроме того, прививку можно сделать за свой счет в негосударственных медицинских центрах или по программе добровольного медицинского страхования.

Вакцинация в России

В 2018 году Минздравом России закуплено около 62,3 млн доз отечественных противогриппозных вакцин с актуальными штаммами. По данным ВОЗ, в сезоне 2018-2019 годов ожидаются в основном грипп В, а также грипп А — H3N2 и H1N1.



Как пережить эпидемию гриппа

Вакцинация не отменяет других мер предосторожности.

- Избегайте толпы

Старайтесь реже бывать в общественном транспорте и других местах массового скопления людей. Минимизируйте контакты с потенциальными носителями гриппа.

- Не трогайте лицо

В простудный сезон на руках могут быть вирусные частицы, «подхваченные» в людных местах, а для заражения бывает достаточно потереть глаза, дотронуться пальцами до губ или положить невымытыми руками в рот конфету. Вирус попадет на слизистые, а оттуда легко распространится по всему организму.

- Мойте руки

Когда вокруг много больных людей, они чихают, слюна и мокрота попадают на все вокруг. Так что, вернувшись домой, обязательно вымойте руки и смените одежду на домашнюю.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Правда ли, что вирус гриппа по-разному чувствует себя на разных поверхностях, и даже на разных купюрах?

Вирусные частицы могут сохранять высокую активность на всевозможных бытовых поверхностях (дверные ручки, поручни в метро, телефоны, клавиатура, банкноты и т. д.) в течение нескольких часов. При этом гладкие поверхности (например, поручни) опаснее пористых (мягкие игрушки, ткань и т. д.) – вероятно, из-за того, что с последних вирусным частицам сложнее попасть на руки.

Вирусы также сохраняются на денежных купюрах. Так, на швейцарских франках вирусы из носовых выделений больного ребенка детектировались в течение 17 дней. Однако в среднем через несколько дней большинство вирусов, «оставленных» больным человеком, теряют активность на любых поверхностях.



- Чаше мойте пол и проветривайте

Если у вас дома есть заболевшие, как можно чаще мойте пол и проветривайте комнаты. Капли слюны и мокроты оседают на поверхностях, и, протирая пол и мебель влажной тряпкой, вы физически убираете вирусные частицы.

- Носите маску, если хочется

Вирусные частицы распространяются через капельки слюны и мокроты, и маска вполне может задержать их. Если вы тесно общаетесь с больным человеком (контакт на расстоянии менее 1,5 метров), маску стоит надевать. Если гриппующий не хочет заразить родных, он тоже может носить ее.

- Не закаливайтесь экстренно

Закаливание – не разовая мера профилактики, а образ жизни. Внезапный холодный душ для неподготовленного организма – большой стресс, и вреда в таких действиях куда больше, чем пользы.

- Не бегите в аптеку за витаминами

Витамины восполняют недостаток жизненно важных элементов в организме, и назначать их должен врач. Сами по себе они не уменьшают риск подхватить вирус – а вот получить передозировку того или иного вещества вполне реально.



Лечение

Если, несмотря на меры профилактики, вы заболели, в первую очередь необходимо обратиться за медпомощью. Только врач может поставить диагноз: грипп или ОРВИ. Не

следует заниматься самолечением и бесконтрольно пить лекарства. Применение любых препаратов требует предварительной консультации с врачом.

Для лечения вирусных инфекций необходимо обеспечить своевременный прием препаратов, защищающих от вирусов и снижающих их концентрацию. Какие-то из этих препаратов являются индуктором интерферона, а другие — противовирусными препаратами. Нужно подбирать индивидуально и внимательно читать аннотацию. Если это противовирусный препарат, то его нужно употреблять в первые трое суток от момента заболевания. Если вовремя начать использовать противовирусные средства, температура может снижаться уже на вторые и тем более на третьи сутки.

— Заместитель главного врача по санитарно-эпидемиологическим вопросам инфекционной больницы №1 Москвы Марина Базарова

Вне зависимости от того, грипп у вас или ОРВИ, старайтесь выпивать не менее 2 литров воды в день. Жидкость ускоряет выведение токсинов из организма, которые образуются из-за жизнедеятельности вируса.

При гриппе важно соблюдать постельный режим, так как увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Эпидемиологи напоминают, что антибиотики при гриппе бесполезны, так как это вирусная инфекция. Врачи их назначают при симптомах бактериальных осложнений.

От вирусов антибиотики вообще не должны назначаться. Они просто не помогут. Безотчетно применять антибиотики вредно. Уже давно доказано, что, если есть возможность, нужно избегать и нельзя увлекаться антибактериальной терапией. Прежде всего потому, что вырабатывается устойчивость микроорганизмов к данному лекарству.

При выборе способа лечения нужно опираться на опыт врача. Сразу антибиотики назначать нельзя, нужно подождать. До 3 суток допускается высокая температура. Если на фоне противовирусной терапии заболевание начинает разрешаться, никакой антибактериальной терапии уже не требуется.

— Заместитель главного врача по санитарно-эпидемиологическим вопросам инфекционной больницы №1 Москвы Марина Базарова

Помните, что больной человек является заразным первые 5-7 суток от начала болезни. Ограничьте, по возможности, контакты с другими людьми, чтобы избежать распространения вируса.