

CE ESTE GRIPA ?

Gripa face parte dintr-o categorie mai mare de boli virale respiratorii. Astfel, exista o serie de virusuri care circula in aceeași perioada a anului, dau simptomatologie asemanatoare gripei dar se deosebesc de aceasta prin evolutia mai usoara.

Puteti recunoaste o viroza respiratorie datorata altor tipuri de virusuri decat virusurile gripale dupa debutul mai lent al bolii (incepe usor cu usturimi in gat, nas infundat, dureri de cap) cat si dupa evolutia mai usoara a bolii.

Gripa se transmite usor de la om la om datorita conditiilor favorizante cum ar fi aglomerarile urbane, colectivitatile de copii si adolescenti.

Definiție:

Este o boală acută. Infecțioasă, foarte contagioasă, produsă de virusul gripal. Se manifestă prin simptome respiratorii și fenomene toxice generale, putând evolua uneori spre forme grave.

Sezonul rece favorizează îmbolnăvirile și epidemiile de gripă (iarna, începutul primăverii), dar boala poate să apară și în alte anotimpuri.

Transmiterea :

Se transmite pe cale aeriană, de la omul bolnav la omul sănătos:

- Direct prin tuse sau strănut;
- Indirect prin obiecte proaspăt contaminate (batistă, prosop, veselă, etc.)

Contagiozitatea este mare, dar de scurtă durată (2 – 4 zile de la debutul bolii).

Manifestare :

Boala debuteaza brusc, la 1 – 2 zile de la contactul cu omul bolnav.

Simptome :

- Febră 39 – 40 grade Celsius;
- Frisoane;
- Cefalee (dureri de cap);
- Dureri musculare;
- Astenie fizică (slăbiciune);
- Congestionarea faringelui (roșu în gât);

- Răgușală până la afonie (pierderea vocii);
- Tuse frecventă, uscată, obositoare;
- Inapetență (lipsa poftei de mâncare);
- Grețuri. Vărsături;

Tratament:

Formele comune se tratează la domiciliu, cu repaus la pat, antitermice (paracetamol). Nu se ia acid acetic salicilic (ASPIRINA), aceasta poate favoriza apariția sindromului Reye.

- Consultați medicul de familie !
- Gripa severă și cea complicată se tratează în spital: susținerea funcțiilor vitale (respiratorie și cardio – vasculară), antibiotice în caz de suprainfecții bacteriene

Prevenire

a) Recomandări generale pentru prevenirea îmbolnăvirilor prin gripă:

1. evitarea aglomerărilor umane
2. Evitarea, pe cât posibil, a contactului cu persoanele bolnave;
3. Spălarea mainilor tot timpul, mai ales după suflarea nasului și venirea în contact cu persoane bolnave,
4. Omul bolnav se izolează de restul familiei într-o cameră corespunzătoare din punct de vedere igienic (luminoasă, aerisită, suficient de încălzită 24 – 26 grade Celsius).
5. Bolnavul va folosi batiste igienice în caz de tuse sau strănut
6. Aerisirea încăperilor sau a birourilor cu menținerea unei temperaturi de 18-20 grade C,
7. Menținerea la domiciliu a copiilor bolnavi pentru evitarea transmiterii bolii în comunitate.
8. Evitarea vizitării bolnavilor sau suspecților de gripă.

b) Vaccinarea antigripală

Cea mai eficientă metodă de prevenire a îmbolnăvirilor de gripă este vaccinarea antigripală. Aceasta vaccinare protejează persoana vaccinată numai față de virusurile gripale circulante în sezonul respectiv, cuprinse în vaccin, și nu față de toate tipurile de virusuri care dau simptome asemănătoare gripei dar au evoluție mai ușoară. Vaccinarea este recomandată tuturor persoanelor începând cu vârsta de 1 an.

Acesta trebuie să fie efectuată în stare bună de sănătate, singura contraindicație la vaccinare fiind alergia la proteine de ou.

Perioada în care este bine să fie administrat vaccinul este în presezon, adică lunile octombrie-decembrie ale fiecărui an. Vaccinul utilizat este diferit de la un sezon la altul, iar compoziția acestuia este stabilită de Organizația Mondială a Sănătății care transmite tuturor producătorilor formula vaccinului.

Grupele de populație "tintă" pentru programele speciale de vaccinare sunt reprezentate de :

a) persoane cu risc crescut de complicații, aici fiind incluse persoanele în vârstă sau cu handicap, cele instituționalizate, adulții și copiii cu afecțiuni cronice (cardiovasculare, pulmonare, metabolice, renale și cu imunosupresie), persoanele cu vârste peste 65 de ani, copiii și adolescenții (între 6 luni și 18 ani) cărora li se administrează medicație pe termen lung cu aspirină și care sunt astfel expuși riscului de a dezvolta sindrom Reye în urma unei infecții

gripale.

b) persoane, care prin natura ocupatiei, pot transmite gripa celor din categoria cu risc crescut, respectiv medicii, cadrele sanitare medii, personalul auxiliar din spitale si unitatile sanitare ambulatorii (cu prioritate a celor din maternitati, sectiile de terapie intensiva, statii de salvare), salariatii institutiilor de ocrotire a copiilor si batranilor si cei ai unitatilor de bolnavi cronici, membrii familiilor (inclusiv copiii) care includ persoane in categoria cu risc crescut de complicatii ale gripei.

Organizatia Mondiala a Sanatatii a recomandat, de asemenea, vaccinarea tuturor persoanelor infectate cu HIV, persoanelor care calatoresc la tropice sau in emisfera sudica, precum si vaccinarea gravidelor si a copiilor mici.

In cazul gravidelor, vaccinul gripal se poate administra pe toata durata sarcinii. De retinut ca acesta nu da reactii adverse si nu provoaca malformatii ale fatului. Vaccinul poate fi administrat si pe perioada alaptarii.

Contraindicatii:

Vaccinul gripal este contraindicat persoanelor cu manifestari alergice severe la oua. In cazul pacientilor cu boli febrile sau orice infectii acute, administrarea vaccinului trebuie amanata pana la vindecarea acestora.

Reactii adverse :

Vaccinarea poate determina aparitia, la 6-12 ore, a unor reactii secundare locale (la 30%-50% dintre vaccinati): durere, roseata (eritem), intarirea zonei respective (induratie), vanataie (echimoza), care dispar spontan. Totodata, pot aparea reactii generale (la 1%), precum febra sub 39 de grade Celsius, de scurta durata, care se remite cu antitermice, dureri de cap, astenie. Foarte rar pot aparea reactii alergice severe precum urticaria, rinita, socul anafilactic.

Administrare:

Vaccinul gripal se administreaza, numai de catre un cadru medical, intramuscular sau subcutanat. Pentru achizitionarea acestuia se recomanda prescriptia medicala. Vaccinul gripal poate fi administrat concomitent cu alte vaccinuri, dar in locuri diferite.