

СИМПТОМИ ГРИПУ ТА ГРВІ

Як відрізнити симптоми грипу від ГРВІ*



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я

ГРВІ



Грип – це високозаразне вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті, яке має симптоми, подібні до ознак інших гострих респіраторних вірусних інфекцій (ГРВІ), але набагато небезпечніший. При виникненні перших симптомів звертайтеся до лікаря – самолікування може бути шкідливим для вашого здоров'я.

Клінічні ознаки грипу: раптовий початок, головний біль, ломота у м'язах і суглобах, біль у горлі, підвищення температури тіла до 38°C і більше, кашель, в окремих випадках — блювота і пронос.

Вірус грипу передається повітряно-краплинним, повітряно-пиловим шляхом (вірусні частки переносяться повітрям від хворої людини до здорової під час розмови, кашлю, чхання), внаслідок тісного контакту (перебування на відстані близько 2 м).

Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для інших протягом усього періоду прояву симптомів — це, в середньому, сім днів.

Ускладнення грипу: найчастіше це пневмонія, що інколи може за 4-5 днів призвести до смерті хворого, також нерідко розвивається серцева недостатність.

Як попередити зараження грипом:

- уникайте контакту з особами, що мають прояви грипозної інфекції;
- обмежте відвідування місць великого скупчення людей;
- часто провітрюйте приміщення;
- часто мийте руки з милом;

- не торкайтеся очей, носа, рота немитими руками;
- уникайте обіймів, поцілунків і рукостискань;
- прикривайте ніс і рот під час чхання або кашлю одноразовою серветкою, яку зразу ж після використання потрібно викинути;
- якщо у людини є симптоми грипу, то необхідно триматися від неї на відстані не менше двох метрів.

Найкраща профілактика грипу — це щорічна вакцинація.

Вакцина захищає від усіх актуальних штамів грипу, є безпечною і ефективною. Вона дозволяє зменшити ризик захворіти на грип та серйозних ускладнень, госпіталізації та смерті.

Найкращий час для щеплення — напередодні грипозного сезону (у вересні). Якщо такої можливості не було, то вакцинуватися можна і впродовж усього сезону. Всупереч поширеному міфу, це не ослаблює, а посилює здатність організму протистояти грипу.

Особливо важливою вакцинація є для представників груп ризику, оскільки вона значно збільшує шанси цих людей запобігти смертельним наслідкам хвороби.

Основні групи ризику

1. Медичні працівники, які мають більший ризик захворіти на грип через особливості професії. Ми закликаємо їх захистити себе і своїх пацієнтів та зробити щеплення від грипу.
2. Вагітні, яким варто пам'ятати, що грип може мати серйозні наслідки під час вагітності. Натомість вакцинація проти сезонного грипу безпечна на всіх етапах вагітності.
3. Літні люди — імунітет із віком послаблюється і стає менш ефективним у боротьбі із грипом, який може мати серйозні наслідки, коли вам за 65.
4. Люди із хронічними захворюваннями, яким слід пам'ятати, що за наявності хронічних недуг ризик ускладнень грипу значно підвищується, тому важливо захистити себе від них.

Вакцинація є найефективнішим методом профілактики грипу та попередження важких ускладнень цієї хвороби. Вакцинація проти грипу належить до рекомендованих щеплень та відсутня у національному календарі щеплень.

До епідсезону 2021–2022 років в Україну має бути поставлено близько 1 250 000 доз вакцини:

«Ваксігрип Тетра» (виробник - «Санофі Пастер», Франція, чотирьохвалентна);

«Джісі Флю Квадривалент» («Грін Кросс Корпорейшн», Південна Корея, чотирьохвалентна);

«Інфлувак Тетра» («Абботт Біолоджікалз Б.В.», Нідерланди, чотирьохвалентна).

Чотиривалентна вакцина призначена для вироблення імунітету від чотирьох штамів грипу, які циркулюватимуть у Північній півкулі цього епідсезону. Вакцини «Ваксігрип Тетра» і «Джісі Флю Квадривалент» можна застосовувати для щеплення дітей віком від шести місяців, «Інфлувак Тетра» — від трьох років.

Одне щеплення захищає впродовж усього сезону грипу від найбільш поширених і небезпечних штамів.