

*Зав. кафедрой инфекционных болезней с эпидемиологией, тропической медициной ВолгГМУ профессор д.м.н. Е.А. Иоанниди;
Доцент кафедры инфекционных болезней с эпидемиологией, тропической медициной ВолгГМУ к.м.н. Т.Д. Кувшинова*

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Грипп – это инфекционная болезнь, которая передается от человека человеку главным образом во время кашля, чихания и при тесном контакте. Вирус гриппа передается от человека к человеку очень легко и незаметно. Риск заболеть есть у каждого. Самый высокий риск распространения инфекции в коллективах (1-й больной способен заразить до 10 здоровых человек за 1 день).

Клинические проявления гриппа развиваются остро и могут продолжаться от нескольких дней до 2 недель. Наиболее часто отмечаются такие симптомы, как лихорадка, кашель, болевые ощущения в различных участках тела, головная боль. Гриппозная инфекция обычно характеризуется легким течением и не приводит к осложнениям, однако в ряде случаев развивается тяжелое заболевание, особенно у пожилых людей, беременных женщин и лиц с уже имеющимися нарушениями здоровья. Вакцинация против сезонного гриппа – это безопасная и наиболее эффективная мера профилактики случаев инфекции, вызываемой вирусами гриппа, в том числе с тяжелыми исходами.

Чем опасен грипп и почему важно быть защищенным?

- Самое частое осложнение гриппа – пневмония (первичная вирусная, вторичная бактериальная или вирусно-бактериальная).
- Внелегочные осложнения:
 - синдром Рейе;
 - миозит;
 - рабдомиолиз;
 - миоглобинурия;
 - миокардит;
 - перикардит;
 - энцефалит;
 - поперечный миелит;
 - синдром Гийена – Барре.
- Дополнительный риск смертельного исхода в результате хронического заболевания среди незащищенных против гриппа.

Всего в общей структуре смертности смерть от гриппа и его осложнений занимает долю до 40%.

Методы профилактики гриппа

- Специфические – вакцинопрофилактика. Вакцинопрофилактика остается главным способом борьбы с гриппом.

В рекомендациях ECDC (Европейского Центра Контроля и Профилактики болезней) подчёркивается: «Вакцинация против гриппа является основной стратегией

профилактики тяжёлого и осложнённого течения этой инфекции даже в том случае, если прививка окажется менее эффективной, чем ожидалось».

- Неспецифические.

Условия формирования иммунитета

- Вакцины достаточно ввести 1-КРАТНО, через 14-21 день будет обеспечена надежная защита от заболевания гриппом на весь предстоящий период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ.

Вероятность возникновения неблагоприятных событий

- При введении вакцин отмечается невысокая частота поствакцинальных реакций: 6-14 человек из 100 привитых могут быть местные реакции; у 1-15 из 100 вакцинированных - общие реакции. Осложнения регистрируются крайне редко.
- ✓ Все гриппозные вакцины готовятся из актуальных штаммов вирусов А/Н1N1, А/Н3N2 и В, ежегодно рекомендуемых ВОЗ.

Наиболее предпочтительный период проведения вакцинации -
осень (сентябрь-ноябрь).

Действенность вакцинопрофилактики гриппа

Результаты мета-анализа показали, что среди лиц, привитых против гриппа:

- ✓ снижение лабораторно-подтвержденного гриппа в 1,4 – 3,5 раза;
- ✓ снижение заболеваемости ОРВИ – на 25%;
- ✓ снижение частоты госпитализации и смертности от гриппа у детей и подростков на 70-90%

Индивидуальная цель вакцинопрофилактики

- ✓ 80-90% привитых детей не заболеют гриппом;
- ✓ 10-20% могут перенести грипп, но в легкой форме, без осложнений и летального исхода (вероятно без потери трудоспособности);
- ✓ 20-25% детей не заболеют ОРВИ (т.к. происходит стимуляция Т-клеточного иммунитета);
- ✓ количество источников инфекции (больных гриппом и ОРВИ в коллективе) – минимально количество незащищенных.

Коллективная цель вакцинопрофилактики

- ✓ Распространение инфекции в коллективе МИНИМАЛЬНО
- ✓ За счет значительно количества привитых в коллективе защищаются не привитые (т.е. лица, которые не могут быть привиты по ряду индивидуальных причин)

Что дает вакцинация против гриппа мне и моей семье?

- ✓ Снижается риск заболевания у привитых членов моей семьи гриппом в 3-3,5 раз, другими ОРВИ на 25-30%.
- ✓ Устраняется риск возникновения тяжелых осложнений и госпитализации в стационар, если кто-то из привитых членов семьи заболеет гриппом.
- ✓ Минимизируется риск заноса в семью вируса гриппа и заражения тех членов семьи, для которых заболевание опасно не только для здоровья, но и для жизни.

Приоритетные группы для вакцинации:

- беременные женщины;
- дети (>6 месяцев) и взрослые, страдающие хроническими заболеваниями сердца или легких, метаболическими или почечными заболеваниями, хроническими поражениями печени, хроническими неврологическими расстройствами, или с иммунодефицитными состояниями;
- пожилые лица старше определенного на национальном уровне возрастного предела вне зависимости от других факторов риска;
- лица, проживающие в стационарных учреждениях длительного ухода для престарелых и инвалидов;
- дети в возрасте от 6 до 59 месяцев;
- медицинские работники, в том числе работающие в стационарных учреждениях для престарелых и инвалидов.

Состав вакцин против гриппа

Поскольку вирус гриппа подвержен непрерывным генетическим и антигенным изменениям, ВОЗ обновляет свои рекомендации по составу вакцины дважды в год соответственно для Северного и Южного полушария. В вакцину включают те вирусы, которые, по прогнозам, будут наиболее распространены в предстоящем сезоне. Поскольку состав вакцины в целях наилучшей защиты регулярно обновляется, делать прививку против гриппа рекомендуется ежегодно перед началом очередного сезона. Процесс производства вакцин против гриппа занимает примерно 6–8 месяцев, поэтому ВОЗ публикует рекомендации по составу вакцины для Северного полушария в феврале каждого года.

- ✓ В настоящее время в соответствии с Приказом Минздрава России от 21.03.2014 № 125н "Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям" в редакциях приказов МЗ РФ от 16.06.2016 №370н и от 13.04.2017 №175н) вакцинация беременных включена в контингенты, подлежащие иммунизации против гриппа в РФ.
- ✓ Вакцинация способна сократить количество связанных с гриппом госпитализаций и смертельных случаев среди беременных.
- ✓ Вакцинация беременных может потенциально уменьшить возможность появления и тяжесть течения гриппа у детей моложе шести месяцев жизни, для которых не существует прививок против гриппа и специфического противовирусного лечения.

Это обеспечивается двумя способами:

- вакцинация во время беременности снижает риск заражения после родов, а также уменьшает вероятность инфицирования ребенка гриппом в течение первых месяцев жизни;
- имеет место передача антител против гриппа от матери плоду, что формирует пассивный противоинфекционный иммунитет у ребенка.

Неспецифическая профилактика гриппа

- не привитым против гриппа, входящим в ближайшее окружение лиц, заболевших гриппом, необходимо проведение противовирусной химиопрофилактики в течение 10 дней (занамивир, осельтамивир, умифеновир)
- ✓ Умифеновир (Арбидол) - при непосредственном контакте с больным гриппом и другими ОРВИ - 200 мг/сут. Курс – 10 дней.
- **Неспецифические мероприятия:**
- ✓ Маска;
- ✓ «этикет кашля» - прикрывать нос и рот салфеткой во время кашля или чихания. После использования выбрасывать салфетку в мусор;
- ✓ гигиена рук: частое мытье рук с мылом, особенно после чихания или кашля;
- ✓ использование спиртосодержащих средств для мытья рук;
- ✓ избегать близкого контакта с больными людьми, объятий, поцелуев и рукопожатий. Во избежание заражения следует держаться на расстоянии не менее 1 м от окружающих;
- ✓ избегать касаний глаз, носа, рта;
- ✓ рациональная одежда;
- ✓ рациональное питание;
- ✓ проветривание помещений;
- ✓ изоляция больного;
- ✓ избегать посещения мест массового скопления людей.

