

**Грипп** - острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Нередко словом «грипп» в обиходе также называют любое острое респираторное заболевание (ОРВИ), что ошибочно, так как кроме гриппа на сегодняшний день описано ещё более 200 видов других респираторных вирусов, вызывающих гриппоподобные заболевания у человека. По оценкам Всемирной организации здравоохранения во время сезонных эпидемий в мире ежегодно умирают от 250 до 500 тыс. человек (большинство из них старше 65 лет), в некоторые годы число смертей может достигать миллиона.

Впервые вирус был выделен в 1930-е годы. Во многих европейских языках грипп называют «инфлюэнцей» (итал. *influenza* — «воздействие»), названием, в своё время возникшим в Риме в середине 18-го века благодаря потенциальной очень высокой возможности заражения, воздействия на здоровое население.

Вирусы гриппа имеют сферическую форму. Внутри есть определенные белки, эти белки не изменяются. А снаружи вирусы имеют поверхностные белки – антигены – гемагглютинин (H) и нейроминидазу (N), и именно к ним наш организм вырабатывает антитела (свой защитный иммунитет). Используя это свойство организма, изготавливают вакцины против гриппа. К сожалению, эти поверхностные белки-антигены часто изменяются при пребывании их в естественных условиях, иногда они изменяются очень резко, что приводит к возникновению формы вируса, вызывающей тяжелейшую эпидемию – пандемию. Эпидемии гриппа, вызванные серотипом А, возникают примерно каждые 2—3 года, а вызванные серотипом В — каждые 4—6 лет.

Самые известные пандемии в истории человечества – это испанский грипп (1918-1919 гг., тип вируса H1N1), азиатский грипп (1957-1958 гг., тип вируса H2N2), гонконгский грипп (1968-1969 гг., тип вируса H3N2), русский грипп (1976-1978 гг., тип вируса H1N1).

**Испанский грипп**, или «испанка» (1918-1919 гг.) был, вероятней всего, самой массовой пандемией гриппа за всю историю человечества как по числу заразившихся, так и умерших. В мае 1918 года в Испании было заражено 8 млн человек или 39 % её населения («испанкой» переболел и король Альфонс XIII). Многие жертвы гриппа были молодыми и здоровыми людьми возрастной группы 20—40 лет. За 18 месяцев во всем мире испанкой было заражено около 550 млн человек, или 29,5 % населения планеты. Умерло приблизительно 50—100 млн человек или 2,7—5,3 % населения Земли,

что позволяет считать эту эпидемию одной из наиболее масштабных катастроф в истории человечества.

Азиатский грипп (1957-1958 гг.), начал распространяться с Дальнего Востока и прошел по всему миру, добравшись и до США, где и погибло наибольшее количество зараженных. Всего от нового вируса погибло 1-2 миллиона человек.

Гонконгский грипп (1968-1969 гг.). Наиболее часто от вируса страдали пожилые люди старше 65-летнего возраста. В США число погибших от этой пандемии составило 33800 человек. Упомянут в песне Владимира Высоцкого «Баллада об уходе в рай»: «где побежден гонконгский грипп...»

Русский грипп (1976-1978). Пандемия началась в СССР и что самое страшное, гриппом заражались преимущественно молодые люди. Основными пациентами, обращавшимися за помощью, были дети и взрослые до 25 лет. Течение гриппа было сравнительно лёгким с небольшим количеством осложнений. Тем не менее, погибло от новой болезни по средним подсчетам около 300 тысяч человек.

К гриппу восприимчивы все возрастные категории людей. Источником инфекции является больной человек с явной или стёртой формой болезни, выделяющий вирус с кашлем, чиханьем и т. д. Больной заразен с первых часов заболевания и до 5—7-го дня болезни. Путь передачи инфекции воздушно-капельный с очень быстрым распространением среди населения. Проникая через верхние дыхательные пути в легкие, а затем в кровь, вирус оказывает непосредственное, токсическое действие, проявляющееся в виде резкого повышения температуры до 40<sup>0</sup>, озноба, болей в мышцах, головной боли и плохой переносимости света, выраженного чувства усталости. Грипп представляет большую опасность из-за развития серьёзных осложнений, особенно у детей, пожилых и больных с хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистыми заболеваниями; заболеваниями дыхательной системы, такими, как бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких; ожирение; сахарный диабет 1 и 2 типов и т.д.). Наиболее частые и опасные осложнения – это отиты, гаймориты, пневмония и поражения сердечной мышцы. Пневмония и поражение сердца могут приводить к смертельным исходам. Представьте себе, что человек, больной бронхиальной астмой, или с сердечной недостаточностью, которому и так тяжело дышать, заболевает пневмонией...или начинаются проблемы с сердцем... Это очень тяжело не только физически, но и морально. У пациентов с ожирением и сахарным диабетом обоих типов снижен иммунитет из-за основного заболевания, такие пациенты

чаще заболевают тяжелыми формами гриппа и вероятность осложнений у них гораздо выше.

При заболевании неосложненным гриппом пациент получает общее противовирусное лечение. Это покой, постельный режим, обильное питье, жаропонижающие препараты, витамины (особенно витамин С в большом количестве), противовирусные препараты. Есть и противовирусные препараты, действие которых направлено именно против вируса гриппа, но лечение этими препаратами должно быть начато как можно раньше, еще до проявления клинических симптомов, иначе они имеют недостаточную эффективность. И, конечно, все противовирусные препараты имеют побочные эффекты и высокую стоимость, которая увеличивается в период эпидемического подъема заболеваемости.

Но мы можем получить защиту раньше и не заболеть гриппом вообще или перенести его в легкой, стертой форме и обойтись без осложнений. В этом нам помогает профилактическая вакцинация против гриппа, которая проходит ежегодно с середины августа по начало декабря. Почему так? Все очень просто. Как я уже рассказывала, вирус гриппа изменчив, заболеваемость гриппом приходится, в основном, на зимний период. Грипп обходит, изменяясь, весь земной шар, и ученые наблюдают за ним с мая по август в южном, а с ноября по март в северном полушарии, получают измененный вирус и производят против него вакцину. Поэтому вакцины выпускаются с заводов обычно с середины августа и это всегда новые вакцины к новым измененным вирусам. Иногда, так как вирус может изменяться очень быстро, он успевает измениться еще за то время, пока производится вакцина, тогда говорят, что вакцина «не попала...». Но все равно, пусть меньшую, но защиту с вакцинацией мы получим.

Вакцины против вируса гриппа бывают разные – живые и убитые (инактивированные). Живые вакцины – все просто, это ослабленный вирус гриппа, обычно вводятся в носовые ходы. Для тех, кто боится уколов. Инактивированные вакцины бывают: цельновирионные – содержат убитый (инактивированный вирус гриппа); расщепленные сплит-вакцины – содержат частички вируса, внутренние и наружные белки-антигены; субъединичные вакцины – содержат высокоочищенные наружные белки-антигены вируса гриппа; субъединичные адъювантные вакцины – высокоочищенные наружные белки-антигены вируса гриппа (втрое меньшее количество) и эффективный безопасный иммуномодулятор Полиоксидоний.

Прививка против гриппа вошла в нашей стране в Национальный календарь профилактических прививок и является обязательной, бесплатной. Именно последний тип вакцин используется для проведения прививок против гриппа в наших поликлинических отделениях и имеет самый высокий профиль безопасности. Получается, что самая надежная возможность не заболеть гриппом или перенести его легко, не получить осложнения – это вакцинация против гриппа.

Конечно, когда Вы принимаете решение делать прививку против гриппа или нет, Вы должны иметь возможность оценить это решение со всех сторон и задаете себе множество вопросов. Я надеюсь, что на часть вопросов я ответила ранее, постараюсь ответить и на другие, наиболее часто задаваемые вопросы.

Я думаю, Вам было бы интересно знать, что заболеваемость гриппом в Санкт-Петербурге в эпидемический сезон 2015-2016 годы составила 19,8 на 100 тыс. населения. В этот эпидемический сезон в Санкт-Петербурге от осложнений гриппа умерло 102 взрослых человека, из них две беременные женщины, и два ребенка младшего возраста. Конечно, в многомиллионном городе это небольшая цифра, можете сказать Вы... Но, каждая человеческая жизнь бесценна, а сколько горя и боли родственникам и друзьям принесли это смерти, которых можно было избежать. Привито против гриппа за этот период 1млн 153 тыс 550 человек, что составляет 30,3% от населения Санкт-Петербурга, при этом не было ни одного осложнения.

Вакцинация против гриппа проводится ежегодно, так как вирус изменчив. Как я уже рассказывала ранее, вакцина против гриппа выпускается в середине августа и начинают делать профилактические прививки. А с сентября холодает, отопление еще не запустили, начинается период повышения количества простудных заболеваний. Любая прививка, это как очень легкое переболевание той инфекцией, против которой прививаются, организм начинает вырабатывать защитные антитела к прививке, а вокруг уже много других вирусов и человек легче заболевает в период после прививки. Но заболевает он не гриппом, которого мы боимся, а другими ОРВИ. Поэтому часто говорят, мы сделали прививку и заболели. А еще, когда врач осматривает пациента перед прививкой, невозможно узнать, находится ли пациент в инкубационном периоде какого-либо заболевания или нет, и анализы нам это еще не покажут. Так тоже бывает, сделали прививку и заболели, но по другой причине. Прививку против гриппа можно делать через две недели после выздоровления от ОРВИ или обострения основного хронического заболевания.

Часто спрашивают про возможные осложнения от прививки. Больше всего мы боимся аллергических тяжелых реакций после введения вакцины, это отек Квинке, анафилактический шок. Поэтому каждый кабинет, где делают прививки, оснащен противошоковым набором и препаратами, помогающими при выраженных аллергических реакциях. Самые тяжелые аллергические реакции возникают в первые 30 минут после введения аллергена, поэтому привитому пациенту обязательно после прививки находится 30 минут рядом с кабинетом. В производстве вакцин против гриппа используют куриные яйца, поэтому людям с аллергией на куриные яйца противопоказана вакцинация против гриппа. Если ребенок или взрослый пациент страдает аллергическими заболеваниями, то им можно сделать прививку с подготовкой противоаллергическими лекарствами, т. е. принимать эти лекарства в возрастной дозировке за три дня до прививки, в день прививки и три дня после прививки.

На любую прививку иногда возникают нормальные поствакцинальные реакции. Они могут быть общими – повышение температуры тела, общее недомогание, головная боль, снижение аппетита, вялость, усталость. И местные реакции – покраснение, уплотнение и болезненность в месте прививки. Эти реакции организма нежелательные, потому что мы их не хотим, но нормальные, говорят о том, что Вы действительно получили вакцину и она работает. Просто Вы должны об этом знать и не бояться таких реакций своего организма после прививки. При проведении прививки инактивированными вакцинами такое состояние возможно до трех суток. Можно принять для улучшения Вашего самочувствия жаропонижающие и противоаллергические препараты. Место прививки нельзя мочить до трех дней, нельзя мазать йодом и зеленкой. Можно мазать глазной гидрокортизоновой мазью, противоаллергическими гелями.

Профилактические прививки против гриппа проводятся во всех детских дошкольных учреждениях, школах, детских поликлинических отделениях после осмотра врача-педиатра. У детей применяются трехвалентные вакцины Совигрипп и Ультрикс. Во взрослых поликлинических отделениях прививки проводятся в отделениях профилактики. У взрослых пациентов применяются трехвалентные вакцины Совигрипп, Флю-м. Также организованы мобильные прививочные пункты возле станций метро Ладожская и Новочеркасская. Защищите себя и своих близких, сделайте прививку против гриппа.