

# Еще раз о гриппе



**Грипп — это острая вирусная инфекция, легко распространяемая от человека человеку.**

Грипп циркулирует во всем мире, и им может заболеть любой человек из любой возрастной группы. В районах с умеренным климатом сезонные эпидемии происходят, в основном, в зимнее время года, тогда как в тропических районах вирусы гриппа циркулируют круглый год, приводя к менее регулярным эпидемиям.

**Сезонный грипп — это острая респираторная инфекция, вызываемая вирусами гриппа, которые циркулируют во всем мире.**

**Существует три типа сезонного гриппа — А, В и С.**

Вирусы гриппа **типа А** подразделяются на подтипы, в соответствии с сочетаниями 2 видов белков вируса (Н и N), расположенных на поверхности вируса. Среди многих подтипов вирусов гриппа **А** в настоящее время среди людей циркулируют подтипы гриппа **А(Н1N1)** и **А(Н3N2)**. Циркулирующий вирус гриппа **А (Н1N1)** обозначается также как **А(Н1N1)pdm09**, поскольку он вызвал пандемию 2009 года и впоследствии сменил вирус сезонного гриппа **А(Н1N1)**, циркулировавший до 2009 года. Известно, что пандемии вызывали лишь вирусы гриппа **типа А**.

Циркулирующие вирусы гриппа **В** можно подразделить на 2 основные группы (линии), обозначаемые как линии **В/Ямагата** и **В/Виктория**. Вирусы гриппа **В** не подразделяются на подтипы.

Вирус гриппа **типа С** выявляется гораздо реже и обычно вызывает легкие инфекции, которые приводят к менее значительным последствиям для общественного здравоохранения.

Вирусы гриппа **А** и **В** циркулируют и вызывают вспышки и эпидемии. По этой причине в вакцины сезонного гриппа включают соответствующие штаммы вирусов гриппа **А** и **В**.

Грипп представляет собой серьезную проблему общественного здравоохранения, которая вызывает тяжелые заболевания и приводит к смертельным исходам в группах населения повышенного риска.

### **Признаки и симптомы сезонного гриппа:**

- внезапное появление высокой температуры,
- кашель (обычно сухой),
- головная боль,
- мышечная боль и боль в суставах,
- сильное недомогание (плохое самочувствие),
- боль в горле,
- насморк.

Кашель может быть тяжелым и продолжаться 2 недели и более. Большинство людей выздоравливает в течение недели без какой-либо медицинской помощи. Но грипп может приводить к развитию тяжелой болезни или смерти у людей из групп повышенного риска. Период между инфицированием и заболеванием, известный как инкубационный период, длится от нескольких часов до двух дней.

### **Кто может подвергаться риску?**

Ежегодные эпидемии гриппа могут оказывать серьезное воздействие на все группы населения, но наибольшему риску развития осложнений подвергаются

- беременные женщины;
- дети в возрасте от 6 месяцев до 5 лет;
- пожилые люди;
- люди с некоторыми хроническими заболеваниями, такими как ВИЧ/СПИД, сахарный диабет, астма, хронические болезни сердца и легких;
- работники здравоохранения, общественного транспорта и торговли.

### **Передача инфекции**

Сезонный грипп распространяется легко и быстро передается в местах с большим скоплением людей, таких как общественный транспорт, детские сады, школы и т.д. Когда инфицированный человек кашляет или чихает, капли, содержащие вирусы, распространяются по воздуху к людям, находящимся поблизости, которые вдыхают их, а так же «инфекционные капли» оседают на поверхности и поэтому вирус может передаваться через руки. Для предотвращения передачи вируса люди должны прикрывать рот и нос при кашле носовым платком и регулярно мыть руки.

### **Сезонные эпидемии гриппа**

Эпидемия может оказывать негативное воздействие на экономику в связи со снижением производительности трудовых ресурсов и создавать чрезмерную нагрузку для службы здравоохранения.

По степени тяжести грипп варьируется от легкой до тяжелой и даже смертельной. Госпитализация и смерть происходят, главным образом, в группах высокого риска. По оценкам ВОЗ, ежегодные эпидемии сезонного гриппа приводят к 3 - 5 миллионам случаев тяжелой болезни и 250 000 - 500 000 случаев смерти во всем мире. В промышленно развитых странах большинство случаев смерти, связанных с гриппом, происходит среди людей в возрасте 65 лет и старше. Эпидемии могут приводить к очень высоким уровням отсутствия людей на работе, что приводит к высоким потерям производительности. Во время пиковых периодов заболеваемости клиники и больницы могут быть переполнены.

## **Лечение гриппа**

Для лечения гриппа существуют противовирусные препараты, с их помощью можно эффективно предотвращать и лечить болезнь. Их необходимо принимать, по возможности, на ранних стадиях болезни (в течение 48 часов после наступления симптомов).

Однако у вирусов гриппа может развиваться устойчивость к лекарствам. ВОЗ ведет мониторинг чувствительности циркулирующих вирусов гриппа к противовирусным препаратам в целях своевременного предоставления руководства в отношении использования противовирусных препаратов при клиническом ведении пациентов и для потенциальной химиопрофилактики.

## **Профилактика гриппа**

**Самым эффективным путем профилактики болезни или ее тяжелых последствий является вакцинация.**

Вот уже более 60 лет имеются и используются безопасные и эффективные вакцины. У здоровых людей противогриппозная вакцина может обеспечить умеренную защиту. Однако среди пожилых людей противогриппозная вакцина может быть менее эффективной в предотвращении заболевания, но может ослабить тяжесть болезни и уменьшить число случаев развития осложнений и смерти.

Вакцинация особенно важна для людей из групп повышенного риска развития серьезных осложнений гриппа, а также для людей, живущих вместе с людьми из групп высокого риска или осуществляющих уход за ними.

**ВОЗ рекомендует ежегодную вакцинацию для следующих групп населения:**

- беременные женщины;
- дети в возрасте от 6 месяцев до 5 лет;
- пожилые люди;
- люди с некоторыми хроническими заболеваниями, такими как ВИЧ/СПИД, сахарный диабет, астма, хронические болезни сердца и легких;
- работники здравоохранения, общественного транспорта и торговли.

Вакцинация против гриппа наиболее эффективна в случаях, когда циркулирующие вирусы в значительной мере соответствуют вирусам, содержащимся в вакцине. В связи с постоянным изменением вирусов гриппа

*Глобальная система эпиднадзора за гриппом и ответных мер ВОЗ (ГСЭГОМ)* – сеть национальных центров по гриппу и сотрудничающих центров ВОЗ во всем мире – ведет постоянный мониторинг за вирусами гриппа, циркулирующими среди людей.

## **Деятельность ВОЗ**

На протяжении многих лет ВОЗ дважды в год обновляет свои рекомендации в отношении состава вакцины, нацеленной на 3 (трехвалентная) самых характерных из циркулирующих типов вируса (два подтипа А и один подтип В вирусов гриппа).

Начиная с сезона гриппа 2013-2014 гг. в северном полушарии рекомендуется вводить в состав вакцины четвертый компонент. Четырехвалентные вакцины включают второй вирус гриппа В в дополнение к вирусам, содержащимся в трехвалентных вакцинах. Ожидается, что четырехвалентные вакцины против гриппа обеспечат более широкую защиту от инфекций, вызываемых вирусами гриппа В. Ряд инактивированных и рекомбинантных противогриппозных вакцин доступны в инъекционной форме. Живая аттенуированная вакцина против гриппа доступна в форме назального спрея.

ВОЗ, в сотрудничестве с другими партнерами, ведет мониторинг за активностью гриппа и оказывает поддержку усилиям государств-членов в разработке стратегий профилактики и борьбы с гриппом.

ВОЗ работает над укреплением национальных и региональных потенциалов для диагностирования гриппа, проведения эпиднадзора за болезнью, принятия ответных мер на вспышки болезни и расширения охвата вакцинацией в группах высокого риска.

Наталья Немошкалова  
заведующий  
консультативно-оздоровительного отдела  
ГБУЗ «ВОЦМП»

Татьяна Гребенькова  
врач-методист  
отдела межведомственных связей и  
комплексных программ профилактики  
ГБУЗ «ВОЦМП»

По материалам ВОЗ  
<http://www.who.int/mediacentre/ru/>