**Что нужно знать о вакцинации против гриппа?**

Грипп – это острая респираторная вирусная инфекция. В отличие от других ОРВИ, заболевание гриппом чревато развитием серьезных осложнений, которые не только нарушают работу организма, но и опасны для жизни.

***По данным ВОЗ:***

- **Ежегодно регистрируется около 1 миллиарда случаев сезонного гриппа, в том числе 3–5 миллионов случаев тяжелой формы заболевания.**

- **Каждый год от респираторных патологий, вызванных вирусами гриппа, умирает от 290 000 до 650 000 человек.**

- **Девяносто девять процентов случаев смерти детей в возрасте до 5 лет от инфекций нижних дыхательных путей, связанных с гриппом, приходится на развивающиеся страны.**

- **Симптомы появляются через 1–4 дня после заражения и обычно длятся около недели.**

Существует 4 типа вирусов сезонного гриппа — типы A, B, C и D. Вирусы гриппа A и B циркулируют и вызывают **сезонные эпидемии** болезни.

* **Вирусы гриппа. А** подразделяются на подтипы в соответствии с комбинациями белков на поверхности вируса. В настоящее время среди людей циркулируют вирусы гриппа подтипов A(H1N1) и A(H3N2). A(H1N1).
* **Вирусы гриппа В** не подразделяются на подтипы, но могут подразделяться на линии. Вирусы гриппа типа В принадлежат либо к линии В/Ямагата, либо к линии В/Виктория.
* **Вирус гриппа С** выявляется реже и обычно приводит к легким инфекциям, поэтому он не представляет проблемы для общественного здравоохранения.
* **Вирусы гриппа D** в основном инфицируют крупный рогатый скот; по имеющимся данным, они не инфицируют людей и не вызывают у них заболеваний.

**Признаки и симптомы:**

Симптомы гриппа обычно проявляются примерно через 2 дня после заражения от инфицированного вирусом человека.

Симптомы включают:

* внезапное появление высокой температуры;
* кашель (обычно сухой);
* головную боль;
* мышечные и суставные боли;
* тяжелое недомогание (плохое самочувствие);
* боль в горле;
* насморк.

Кашель может быть тяжелым и длиться 2 недели и более. У большинства людей температура нормализуется и симптомы проходят в течение недели без какой-либо медицинской помощи. Вместе с тем грипп может приводить к развитию тяжелой болезни и к смерти, особенно у людей из групп высокого риска.

Грипп может усугубить симптомы других хронических заболеваний. В тяжелых случаях он может привести к развитию пневмонии и сепсиса. Людям, испытывающим другие проблемы со здоровьем или тяжелые симптомы, следует обратиться за медицинской помощью. Случаи госпитализации и смерти при гриппе происходят в основном в группах высокого риска:

* повышенному риску развития тяжелой болезни или осложнений в результате инфицирования подвергаются беременные женщины, дети в возрасте до 5 лет, пожилые люди, люди с хроническими нарушениями здоровья (такими как хронические болезни сердца, легких и почек, нарушения метаболизма, нарушения неврологического развития, болезни печени и крови) и люди с иммуносупрессивными состояниями (в результате ВИЧ/СПИДа, химиотерапии или лечения стероидами, а также в связи со злокачественными новообразованиями).
* медицинские и медико-социальные работники подвергаются высокому риску инфицирования вирусом гриппа во время контактов с пациентами и могут способствовать дальнейшей передаче инфекции, особенно людям из групп риска. Защитить медицинских работников и окружающих их людей может вакцинация.

**Осложнения при гриппе:**

* Наиболее часто встречаются осложнения со стороны дыхательной системы., характерное из них - пневмония, которая нередко сопровождается острой дыхательной недостаточностью с летальностью до 40%, даже при проведении своевременного квалифицированного лечения.
* Также со стороны дыхательной системы часто развиваются синусит, трахеит, бронхит, нередко к ним присоединяется воспаление ЛОР-органов. Например, отит, который в некоторых случаях приводит к полной потере слуха.
* Еще одним смертельно опасным осложнением гриппа считается острый респираторный дистресс-синдром, заключающийся в нарушении барьерной функции легочной ткани. На фоне этого осложнения также возникает дыхательная недостаточность, нередко несовместимая с жизнью.
* Со стороны сердечно-сосудистой системы могут развиться миокардит и перикардит, со стороны мочеполовой системы - гломерулонефрит.
* Поражение центральной нервной системы проявляется менингеальным синдромом, спутанным сознанием, головной болью и рвотой.
* О поражении периферической нервной системы свидетельствуют радикулярные и другие невралгические боли.
* При развитии отека мозга, геморрагического энцефалита у больного возникают судороги и расстройство сознания. Такие осложнения нередко приводят к смерти.

**Наиболее эффективным способом профилактики гриппа является вакцинация.**

Вот уже более 60 лет имеются и используются безопасные и эффективные вакцины. Через некоторое время после вакцинации иммунитет ослабевает, поэтому для защиты от гриппа рекомендуется ежегодная вакцинация. Состав противогриппозных вакцин регулярно обновляется, разрабатываются новые вакцины, содержащие вирусы, подобные циркулирующим.

**Когда после прививки против гриппа сформируется защита от заболевания?**

Через 14-21 день после вакцинации развивается иммунитет, который обеспечивает защиту от заболевания гриппом в течение 6-12 месяцев.

**Другие способы профилактики гриппа:**

* регулярное мытье и надлежащее высушивание рук;
* прикрытие рта и носа при кашле и чихании;
* надлежащая утилизация одноразовых носовых платков;
* самоизоляция дома при плохом самочувствии;
* предотвращение тесных контактов с больными людьми;
* предотвращение прикасаний к глазам, носу и рту.

**Противопоказания к вакцинации против гриппа**

Противопоказаниями к введению противогриппозных вакцин являются: аллергические реакции на куриный белок; острые лихорадочные состояния или обострение хронического заболевания (вакцинацию проводят после выздоровления или в период ремиссии). При нетяжелых ОРВИ, острых кишечных заболеваниях вакцинацию проводят после нормализации температуры.

**Гарантирует ли прививка от гриппа 100% защиту от заболевания?**

100% гарантию от заболевания не дает ни один лечебный, ни один профилактический препарат. Насколько надежная защита выработается после вакцинации зависит от многих факторов, в т.ч. возраста и состояния здоровья пациента, индивидуальных особенностей и т.д. Но в среднем из 100 привитых 70-98 человек не заболеют гриппом. Если все же привитой человек заболеет гриппом, то заболевание у него будет протекать в легкой форме и без осложнений.

Таким образом, вакцинация гарантирует защиту от заболевания тяжелыми и осложненными формами гриппа, заканчивающимися смертельным исходом.
Вакцина против гриппа предназначена в первую очередь, для защиты именно от вирусов гриппа, а не от других респираторных вирусов.

В тоже время вакцина против гриппа обладает дополнительными, в некоторой степени иммуномодулирующими свойствами. Благодаря этому, иммунная система примерно 20-25 человек из 100 привитых приобретает дополнительную защиту и от других респираторных вирусных инфекций.

**Может ли вакцина против гриппа вызвать реакции?**

Введение любых вакцин, в т.ч. вакцин для профилактики гриппа, может вызывать реакции. Возникновение температуры или покраснения в месте введения вакцины – это закономерная реакция на любую вакцину, свидетельствующая о начале формирования защиты. После вакцинации против гриппа у привитых могут отмечаться:

**Общие реакции** – это реакции, которые в целом затрагивают организм и проявляются в виде повышения температуры тела, недомогания, головной боли и др.

**Местные реакции** - это реакции, которые проявляются в месте введения вакцины в виде уплотнения и болезненности.

Эти проявления кратковременны, не требуют лечения и исчезают самостоятельно в течение 2-3 дней, не нарушая трудоспособности и не требуя дополнительного лечения.

**Можно ли делать прививку против гриппа, если есть хроническое заболевание?**

Можно и нужно. Хронические заболевания (в т.ч. заболевания сердца) являются не противопоказанием, а показанием к проведению прививки против гриппа. Пациенты с хроническими заболеваниями хорошо переносят вакцинацию и у них развивается достаточная защита от заболевания. Проведенная прививка не приводит к обострению хронического заболевания, в то время как перенесенный грипп с большой долей вероятности может привести к обострению хронического заболевания и утяжелению его дальнейшего течения. Однако, в период обострения хронического заболевания, врач предложит отложить прививку до стабилизации состояния.

Берегите себя, своих близких и будьте здоровы!