

GRIP (INFLUENCA) I KAKO SE ZAŠTITITI OD GRIPA?

GRIP je infekcija disajnih puteva uzrokovana virusom gripa (influenca).

Postoje **tri tipa virusa A, B, i C**. Tipovi **A i B** daju **težu kliničku sliku**. Oni konstantno menjaju svoju strukturu, tako da svake godine cirkulišu različiti „lanci“ virusa. Virus tipa C prouzrokuje veoma blagu kliničku sliku ili simptomi mogu da budu odsutni.

KOJE OSOBE SU UGROŽENE?

OD GRIPA mogu oboleti sve dobne grupe, **najveći broj inficiranih je u dečijem uzrastu**, najugroženije osobe u pogledu **težine ispoljavanja bolesti, komplikacija i smrtnih ishoda**, predstavljaju:

1. **Osobe starije od 65 godina;**
2. **Deca mlađa od 2 godine;**
3. **Žene u drugom ili trećem trimestru trudnoće;**
4. **Osobe sa hroničnim oboljenjima (astma, hronični opstruktivni bronhitis, srčana i bubrežna slabost, šećerna bolest i oslabljenim imunološkim sistemom).**

KLINIČKE MANIFESTACIJE GRIPA

Prenošenje-grip se dobija direktnim kontaktom ili udisanjem finih kapljica punih virusnih čestica, koje zaražene osobe **izbacuju kijanjem, kašljanjem ili govorom;**

Inkubacioni period-inficirana osoba počinje da **razvija simptome od 1 do 4 dana nakon izloženosti virusima**, a može da prenese bolest drugim osobama od **predhodnog dana** od započinjanja simptoma, pa sve do **sedmog dana** od njihovog početka.

KAKO PREPOZNATI GRIP?

Simptomi-nagli početak **groznice, bolovi u mišićima (mialgija), glavobolja, suvi kašalj, teška malaksalost (zamor), gušobolja i kijavica.**

-kod dece su česti simptomi: **zupaljenje unutrašnjeg uva** (otitis media), mučnina i povraćanje.

Influenca tipično prolazi posle nekoliko dana, a iako kašalj i malaksalost mogu da traju više od dve nedelje. Kod neki osoba influenza može da dovede do pogoršanja osnovne bolesti (plućnog ili srčanog oboljenja).

KAKO SE ZAŠTITITI OD GRIPA?

Terapija gripa-antivirusni lekovi za influencu predstavljaju važan **Dodatak vakcini** protiv gripa u cilju bolje kontrole i prevencije bolesti. Ukoliko se započne terapija antivirusnim lekovima tokom prva dva dana od pojave simptoma, može se smanjiti trajanje bolesti i težina simptoma.

seltamivir (TAMIFLU cap. 10x75 mg) je registrovan na našem tržištu lekova, u terapijske svrhe primenjuje se već kod dece od navršene prve godine, a u cilju profilakse daje se deci od trinaeste godine.

ANTIVIRUSNI LEKOVI NISU ZAMENA ZA VAKCINU!

Primenjuje se **simptomatska terapija** kojom se deluje na **bolove i povišenu telesnu temperaturu**:
ASPIRIN i tzv. nestereoidni antireumatski lekovi:

1. Ibuprofen;
2. Flurbiprofen;
3. Diklofenak;
4. Naproksen i dr.

Protiv suvog kašlja, zapašenosti nosnih šupljina i povećanje sekrecije iz nosa, daju se kombinacije tzv. dekonjestiva i antihistaminika (Defrinol i Rinasek tbl. sir.).

Veliki značaj u terapiji ima **higijensko-dijetetski režim** to jest uzimanje **velike količine tečnosti (toplih napitaka)** i **kalorijski adekvatna ishrana**. Veliki značaj se pridaje **mirovanju** i to sve dok se **simptomi ne povuku**.

NE LEČITE SE ANTIBIOTICIMA BEZ KONSULTACIJE SA LEKAROM! (KAKO SPREČITI GRIP?) PREVENCIJA GRIPA

Najefikasniji način da se spreči nastanak bolesti je **vakcinacija protiv gripa**.

Sve **rizične kategorije** stanovništva (hronični bolesnici, stare osobe, deca, profesije pod rizikom) treba **svake godine** da **dobiju** ovu **vakcinu**.

Najbolji **period** za vakcinaciju je od **početka oktobra do kraja novembra**, kako bi se obezbedio dovoljan period za **razvoj imuniteta**.

Šema vakcinacije:

Deca od 6 meseci do 3 godine, primaju dve dečije doze (0.25 ml) u razmaku od 4 nedelje;

Odraslama koji prvi put primaju vakcinu preporučuju se dve doze za odrasle (0.5 ml) u razmaku od 4 nedelje.

Ranije vakcinisani treba da dobiju jednu dozu 0.5 ml vakcine, svake godine.

izradila
Mag.farm.spec. Snežana Zakošek