

# **ПАМЯТКА**

## **по профилактике гриппа, вызванного вирусом А (H3N2) v**

### **О вирусе гриппа**

Грипп - острое инфекционное заболевание с воздушно-капельным механизмом передачи возбудителя. Характеризуется острым началом, выраженной интоксикацией и поражением дыхательных путей.

По данным Всемирной Организации здравоохранения ежегодно в мире гриппом болеет каждый 3-й - 5-й ребенок и 5-й - 10-й взрослый. Сезонные эпидемии возникают ежегодно в осенне-зимний период. Основным источником инфекции - больной человек, эпидемическая опасность которого коррелирует с выраженностью катаральных симптомов. Восприимчивость людей к вирусам гриппа абсолютна. Наиболее высокие показатели заболеваемости в эпидемические подъемы приходятся на детей и молодых взрослых. К факторам особо высокого риска относятся:

- младенцы (новорожденные) и дети младше 2-х лет;
- беременные женщины;
- лица с хронической патологией органов дыхания, включая бронхиальную астму, хроническими заболеваниями сердечнососудистой системы;
- лица с нарушением обмена (сахарный диабет, ожирение), патологией почек, заболеваниями органов кроветворения;
- лица старше 65 лет.

### **Первые признаки гриппа**

Для гриппа характерно очень быстрое развитие клинических симптомов. Температура тела достигает максимальных значений (39 С-40 С) уже в первые 24-36 часов. Появляется головная боль, которая локализуется преимущественно в лобно-височной области, боль при движении глазных яблок, светобоязнь, боль в мышцах и суставах, нередко возникает тошнота или рвота, может снижаться артериальное давление. Сухой болезненный кашель, заложенность носа появляются, как правило, через несколько часов от начала болезни. Типичным для гриппа является развитие трахеита, сопровождающееся болезненным кашлем в области грудины.

Поражение нервной системы при гриппе связано с токсическим действием вируса, вызывающим функциональные расстройства до серозного менингита и менингоэнцефалита. Поражение нервной системы чаще развивается на 3-5-е дни болезни: появляются сильная головная боль, рвота, судороги, изменение сознания.

Основной стратегией при лечении гриппа является ранняя противовирусная терапия: чем раньше будет начат прием противовирусных препаратов, тем меньше риск развития тяжелых осложнений, которые при гриппе могут присоединяться уже в первые сутки болезни. Продолжительность лихорадки более 5 суток может свидетельствовать о присоединении осложнений.

### **Вакцинация от гриппа**

Это наиболее эффективная мера борьбы с гриппом. Вакцинация позволяет снизить риск заболевания и осложнений, а также заболеваемость в обществе в целом. Современные вакцины инактивированные, субъединичные не содержат "живой" вирус и относятся к наиболее безопасным и эффективным.

Вакцина стимулирует образование в организме человека антитела против вируса гриппа. Весь спектр гриппозных вакцин прошел регистрацию в России и разрешен к применению. В рамках национального проекта "Здоровье" Минздравсоцразвития России ежегодно перед началом сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ организует проведение иммунизации против гриппа лиц, относящихся к группам риска. Противогриппозные вакцины безопасны и обладают высокой эффективностью с точки зрения профилактики гриппа и его развития осложнений. Вакцинация снижает частоту заболеваемости гриппом в среднем в 2 раза, у привитых в случае их заболевания оно протекает легче и не приводит к развитию осложнений. Перед проведением прививки каждого прививаемого осматривает медицинский работник.

## Лечение гриппа

Для лечения гриппа используются химиопрепараты, обладающие прямым противовирусным действием и подавляющие ранние этапы развития гриппозной инфекции. Эти препараты оказывают максимальный клинический эффект при приёме их в течение первых 48 часов от начала заболевания: уменьшают продолжительность лихорадки, интоксикации, катаральных симптомов и снижают частоту осложнений, а также уменьшают риск смерти особенно в группах повышенного риска.

Препараты интерферона и стимуляторы их выработки также могут быть рекомендованы врачом для лечения гриппа. Они оказывают комплексное действие: противовирусное и иммуномодулирующее.

Беременные женщины подвергаются большому риску в развитии осложненного и тяжелого течения гриппозной инфекции. Поэтому они должны обратиться за лечебной помощью в первые часы заболевания, так как лечение должно быть начато незамедлительно.

Жаропонижающие средства при гриппе необходимо применять с большой осторожностью. Не следует стремиться снижать температуру, повышение которой является, своего рода, защитной реакцией организма, возникающей на воздействие вируса. Аспирин при гриппе не рекомендуется, категорически противопоказан детям и подросткам из-за развития тяжелого поражения нервной системы и печени. Допускается приём парацетамола при подъёме температуры тела выше 39 С или при наличии неврологических симптомов (тошнота, рвота и др.).

### **Ключевые сообщения об инфицировании вирусом H3N2v для персонала школ**

**Чтобы помочь выявить случаи предполагаемого инфицирования вирусом H3N2v среди учащихся:**

- Спрашивайте учащихся с гриппоподобными симптомами, прикасались ли они недавно к свинье или находились рядом со свиньей или имели тесный контакт с больным человеком, который находился рядом со свиньей.
- Уведомляйте медицинских работников о любом учащемся с гриппоподобными симптомами и о тех, кто сообщил, что недавно находился рядом со свиньей или имел тесный контакт с человеком, который находился рядом со свиньей. Они должны пройти тестирование на инфекцию, вызываемую вирусом H3N2v.

**Чтобы помочь замедлить распространение вирусов гриппа, в том числе вируса H3N2v, в школах:**

- Направляйте учащихся с гриппоподобным заболеванием, подверженных высокому риску развития осложнений гриппа, к их лечащему врачу, независимо от того, находились они недавно рядом со свиньями или нет.
- Разрешайте больным учащимся и сотрудникам оставаться дома, пока болезнь не закончилась.
- Учите учащихся и персонал предпринимать ежедневные меры профилактики, включая следующее:
  - Прикрывайте нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Салфетку после использования выбрасывайте в мусорную корзину.
  - Часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Если мыло и вода недоступны, можно использовать средства для протирания рук на спиртовой основе.
  - Старайтесь не прикасаться к глазам, носу или рту. Микробы распространяются именно таким образом.
  - Старайтесь избегать близкого контакта с больными людьми
- Советуйте учащимся и персоналу школ пройти иммунизацию против сезонного гриппа. Хотя эта вакцина не защищает от вирусов H3N2v, она поможет замедлить распространение вирусов сезонного гриппа в школах.
- Распространяйте ключевые сообщения о вирусе H3N2v среди персонала, включая учителей и медсестер.
- Информировать родителей и опекунов о том, как защитить себя и своих детей от вируса H3N2v.