

Ответы на актуальные вопросы по вакцинопрофилактике гриппа

1. Что такое грипп?

Вирусы гриппа - представители семейства ортомиксовирусов (Orthomyxoviridae), которые вызывают заболевания у птиц, рыб, млекопитающих и человека. Инфекция периодически распространяется по миру в виде эпидемий (заболевает более 5% населения определенной местности) или пандемий (вирус распространяется на соседние регионы, страны).

Грипп - Острая вирусная инфекционная болезнь с воздушно-капельным путем передачи возбудителя, характеризующаяся острым началом, лихорадкой (с температурой 38 °С и выше), общей интоксикацией и поражением дыхательных путей.

2. Чем опасен грипп?

Грипп представляет большую опасность из-за развития серьезных осложнений, особенно у детей до 5 лет, беременных женщин, лиц с хроническими заболеваниями сердца, легких, метаболическим синдромом, лиц старше 60 лет и других. Врачи предупреждают, что вирусы чрезвычайно контагиозны, а к заболеванию восприимчивы люди любых возрастов. Источником инфекции становится заболевший человек, вне зависимости от степени выраженности симптомов.

3. Почему мы начинаем грипповать осенью?

В России распространение инфекции постоянно оценивают Федеральные центры гриппа, расположенные в 61 городе. Отечественные и зарубежные исследователи сходятся во мнении, что вероятность сезонного гриппа обычно растет при снижении температуры воздуха и остается максимальной в коридоре от +5 до -5°С. Влажность тоже имеет значение. Сухой воздух негативно влияет на состояние слизистой дыхательных путей: секрет становится более густым, меняется его pH, защитные свойства ухудшаются. Вирус гриппа легко прикрепляется к эпителию, сбрасывает оболочку и начинает размножаться в клетке. Приборы отопления, кондиционеры еще больше высушивают воздух.

Таким образом, когда температура на улице опускается ниже +5°С, начинаются вспышки болезни, а затем эпидемия гриппа в России. «Сезон болезни» открывается в октябре и продолжается до февраля-марта.

Для вируса гриппа характерна сезонность распространения. Ежегодную эпидемию гриппа нельзя ни проигнорировать, ни «подвинуть» во времени. Обычно инфекция начинает распространяться в декабре. Болезнь начинает «забирать в плен» все больше россиян уже после Нового года.

4. Почему необходимо сделать прививку?

Вакцинация – это единственный и самый эффективный метод, помогающий предотвратить эпидемию гриппа.

В Екатеринбурге по итогам сезона 2019-2020 гг среди подтвержденных случаев гриппа только 7,5% заболевших указывали на наличие прививки в текущем сезоне, 92,5% заболевших не были привиты против гриппа.

Что дает вакцинация:

- снижает уровень заболеваемости гриппом и ОРВИ;
- снижает число госпитализированных больных (особенно детей и пожилых людей) с тяжелыми формами гриппа и ОРВИ;
- уменьшает число больных с тяжелым течением гриппа и ОРВИ;
- предотвращает летальность от гриппа.

Полагаться на «авось» в деле, касающемся собственного здоровья, крайне нелогично. Почему-то нужно ждать, когда несчастье произойдет с близким или знакомым человеком, и только тогда, под влиянием страха за собственную жизнь, человек решается на прививку. Зачем ждать заболевания, оставаясь незащищенным от гриппа, когда можно привиться заранее и избавиться себя от страха заражения вирусом и возникновения опасных осложнений!

Есть вероятность заболеть даже у привитого человека. Но: во-первых, заболевание будет протекать намного легче, а риск развития осложнений гриппа будет сведен к минимуму.

«За все время использования противогриппозных вакцин только непривитые люди умирают от гриппа и вызванных им осложнений», говорит Александр Николаевич Харитонов, главный эпидемиолог г. Екатеринбурга.

5. Почему надо ежегодно прививаться от гриппа?

Да, прививку от гриппа нужно делать каждый год, так как иммунитет сохраняется до 12 месяцев. Антигенный состав вакцины изменяется в соответствии с эпидемической ситуацией и рекомендациями ВОЗ.

6. Откуда знают медики, какой вирус придет. И от того ли штамма вируса вакцина нам ставится?

Чаще циркулируют два типа вирусов: А и В.

Ежегодные исследования ВОЗ выявляют штаммы вируса и дают ответ на вопрос, какой грипп будет циркулировать.

Ежегодно Всемирной Организацией Здравоохранения рекомендуется штамповый состав противогриппозных вакцин с учетом их актуальности на данный сезон.

7. Какие бывают вакцины от гриппа? В чем разница между этими вакцинами?

Для профилактики заражения существуют живые и инактивированные вакцины. Живые применяют редко.

1. Цельновирионная вакцина. В составе содержатся целые обезвреженные вирусы. Это самое эффективное средство. Но его практически не применяют из-за высокой способности вызывать побочные реакции.
2. Сплит-вакцины (например, «Ваксигрипп»). В состав входят внутренние и наружные антигены вирусов.
3. Субъединичные вакцины (например, «Инфлювак», «Совигрипп»). В составе только поверхностные протективные антигены нейраминидаза и гемагглютинин.

В настоящее время вакцинация детей и подростков проводится вакциной Ультрикс – квадри, которая содержит:

- антиген вируса гриппа типа А (H1N1)
- антиген вируса гриппа типа А (H3N2)
- антиген вируса гриппа типа В (линия Yamagata)
- антиген вируса гриппа типа В (линия Victoria)

8. Проходит ли вакцина контроль, что является гарантом ее качества и безопасности для вакцинирующегося?

В России существует система государственных мер по организации прививок, контролю качества иммунобиологических препаратов.

Необходимость регулярного применения прививки у большого числа лиц стала причиной постоянной работы над составом препаратов в сторону улучшения переносимости. Для удобства и безопасности пациентов применяются сплит-вакцины, в которых содержатся внутренние и наружные антигены вирусов, и субъединичные вакцины с поверхностными антигенами.

9. Кому врачи рекомендуют сделать прививки против гриппа в первую очередь?

К самым беззащитным пациентам относятся:

- дети от полугода до 6 лет;
- пациенты старше 65 лет;
- беременные женщины;
- пациенты со сниженным иммунитетом;
- лица с хроническими соматическими заболеваниями;
- медицинские работники;
- работники торговли, общественного транспорта, учителя (контингенты, имеющие контакты с массой населения)
- лица, проживающие в интернатах, домах престарелых.

10. Контингенты риска. Для кого грипп наиболее опасен?

ЛЮДИ, ИМЕЮЩИЕ ВЫСОКИЙ РИСК ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ

ГРИППА:

- беременные женщины,
- лица 65 лет и старше,
- дети до 5 лет,
- люди любого возраста, страдающие хроническими заболеваниями (такими как астма, диабет, сердечные заболевания),
- лица со сниженным иммунитетом (например, лица, принимающие иммуносупрессивные (стероиды, цитостатики) препараты, ВИЧ-инфицированные).

11. С какого возраста можно ставить прививку от гриппа?

Вакцинация против гриппа проводится начиная с детей шестимесячного возраста и всем гражданам, не имеющим противопоказаний

12. Я сам буду покупать вакцину, какие мои действия?

Любой человек может купить вакцину в аптеке самостоятельно и принести ее в поликлинику. Обязательным условием процедуры является соблюдение правил приобретения и транспортировки препарата.

Также, желающий защитить себя от гриппа может решить, где сделать прививку, самостоятельно. Выбор частного медицинского центра обычно связан с возможностью выбрать импортную вакцину, намерением получить услугу строго по записи в удобное время.

13. Нужно ли проходить перед вакцинацией медосмотр, сдавать анализы крови?

Прививка от гриппа не требует предварительного исследования крови. Необходим осмотр врача с проведением термометрии.

14. В какой временной период лучше поставить прививку?

Ежегодную иммунизацию от гриппа рекомендуют всем гражданам старше 6 месяцев и не имеющим противопоказаний к применению вакцины. Ученые США проводили мониторинг активности гриппа в течение осенне-зимнего сезона с 1982 по 2018 гг. и установили, что пик активности вируса в 75% случаев приходился на январь, реже – на февраль-март.

Эти данные объясняют оптимальные сроки вакцинации: ее проводят с таким расчетом, чтобы к началу эпидемии организм уже успел выработать антитела, но их концентрация не снизилась и оставалась достаточной для предотвращения болезни.

Обычно формирование иммунитета происходит через 8-12 дней и более. Так вакцинацию следует начинать в сентябре. Детям до 3 лет проводится двукратная иммунизация половинной дозой.

Небольшая «ложка дегтя» – для эффективной работы вакцины в популяции и защиты от эпидемии требуется, чтобы число прививающихся от гриппа составляло не менее 50% населения.

15. Может ли вакцина нанести вред здоровью?

Современные противогриппозные вакцины вызывают сравнительно мало прививочных реакций. Как правило, эти реакции сводятся к незначительному кратковременному повышению температуры, легкого недомогания и болезненности в месте введения вакцины.

Вот что по этому поводу говорит Харитонов А.Н., главный эпидемиолог г. Екатеринбург:

«В течение последних 10 лет в Екатеринбурге не было зарегистрировано ни одного случая поствакцинальных осложнений на введение противогриппозных вакцин (ни отечественных, ни импортных). Местные реакции, да, бывают. Бывает небольшое повышение температуры. Поймите – мы все индивидуальны, и у каждого человека иммунная система реагирует по-своему. Иначе и быть не может. С другой стороны, если бы одна вакцина никогда не вызывала ни у одного человека даже покраснения на месте ее введения – это бы скорее говорило о том, что мы вводим вместо вакцин «пустышку», «плацебо».

16. Кому нельзя прививаться?!

Основными противопоказаниями к постановке прививки являются:

- аллергические реакции на куриный белок и компоненты вакцины;
- сильные поствакцинальные реакции (температура выше 40⁰, появление отека и покраснения на месте укола больше 8 см в диаметре), поствакцинальные осложнения в виде коллапса, нефебрильных судорог, анафилактического шока) и предыдущее введение вакцины против гриппа;

- возраст до 6 месяцев;
- возраст до 18 лет (при применении вакцин с консервантами);
- беременность (при применении вакцин с консервантами).

Временные противопоказания:

1. Острые и лихорадочные состояния, острые инфекционные и неинфекционные заболевания.
2. Хронические заболевания в стадии обострения.
3. При нетяжелых формах ОРВИ и кишечных инфекций.

При этом, в 1-ом случае вакцинацию можно просто перенести, когда человек будет здоров хотя бы в течение 2 – 4 недель и при условии, что заболеваемость гриппом еще не возросла.

Во 2-ом случае - вакцинация возможна в период ремиссии.

В 3-ем случае - вакцинацию можно проводить после нормализации температуры

17. Можно и стоит ли прививаться беременным или кормящим матерям?

Заболевание гриппом опасно для женщин во время беременности. Некоторые вакцины не рекомендованы для применения у этой группы населения.

Вакцинация во время беременности снижает риск заражения матери и уменьшает вероятность инфицирования ребенка.

Прививать беременных женщин можно в 3 триместре беременности вакцинами, не содержащими консервантов. Если роды планируются в конце осени – зимой, то прививка защитит и малыша.

В ответ на прививку в организме беременной вырабатываются антитела, которые проникают через плаценту, и у ребенка происходит пассивное формирование иммунитета, который сохраняется в течение 6 месяцев со дня рождения. А также антитела поступают в организм малыша через грудное молоко.

Противопоказаний для вакцинации кормящим мамам нет.

18. Нужно ли делать прививку, если делал ее в прошлом году и очень плохо ее перенёс?

Вакцины против гриппа, которые обычно вводят населению для профилактики, не содержат самого вируса. Сами они вызвать заболевание не могут. Но иногда человек идет «на укол», уже в инкубационном периоде другого ОРЗ: возбудитель заболевания начинает размножаться в организме, а симптомов болезни еще нет. В осенне-зимний период среди людей циркулирует множество вирусов, вероятность заражения высока.

В таком случае появление симптомов ОРЗ: недомогание, озноб, лихорадка, боли в горле или насморк совершенно бессознательно связывается с вакциной. Возникает растерянность: что же делать, если заболел после прививки от гриппа?

Правильным решением будет обратиться к терапевту для осмотра и назначения лечения, при высокой температуре следует вызвать врача на дом.

Если человек ощущает предвестники ОРВИ, вакцинацию следует отложить на 2 недели.

19. Можно ли закаливаться для профилактики гриппа?

Укрепление, т.е. закаливание — это система процедур, способствующих повышению сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Закаливание можно начинать в любом возрасте, но только ПОСЛЕ КОНСУЛЬТАЦИИ У ВРАЧА!

Плюсы закаливания:

- увеличивается работоспособность
- увеличивается устойчивость организма к заболеваниям (особенно простудного характера)
- улучшается самочувствие, человек лучше справляется со стрессами
- повышаются сопротивляемость и выносливость организма к меняющимся условиям внешней среды.

Но закаливание не может в полной мере защитить от вируса гриппа. Альтернативы вакцинации нет

20. Как ещё можно помочь своему иммунитету? Помогут ли меры предосторожности, которые мы принимаем для предотвращения распространения COVID-19, при гриппе?

ПРАВИЛО 1. ПОСТАВЬТЕ ПРИВИВКУ

Вакцинация – это единственный и самый эффективный метод, помогающий предотвратить эпидемию гриппа.

Что дает вакцинация:

- снижает уровень заболеваемости гриппом и ОРВИ;
- снижает число госпитализированных больных (особенно детей и пожилых людей) с тяжелыми формами гриппа и ОРВИ;
- уменьшает число больных с тяжелым течением гриппа и ОРВИ;
- предотвращает летальность от гриппа.

ПРАВИЛО 2. МОЙТЕ

Часто мойте руки с мылом.

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа. Мытье с мылом удаляет и уничтожает микробы. Если нет возможности помыть руки с мылом пользуйтесь спирт содержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев и др.) удаляет и уничтожает вирус.

ПРАВИЛО 3. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирус легко передается от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных. При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние посещения многолюдных мест, уменьшаем риск заболевания.

Избегайте близкого контакта с больными людьми. Соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте поездок и многолюдных мест.

Прикрывайте рот и нос платком при кашле или чихании.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Гриппозный вирус распространяется этими путями.

Не сплевывайте в общественных местах.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 4. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

21. Когда после прививки против гриппа сформируется защита от заболевания?

Обычно формирование иммунитета происходит через 8-12 дней и более

22. Могут ли заставить родителей детей ставить прививки сотрудники медучреждения или образовательных учреждений?

Вакцинация проводится только с письменного согласия законных представителей ребенка.

Родители, являясь законными представителями ребенка, вы приняли решение отказаться от профилактических прививок и подтвердили это решение письменным отказом. Это ваше право, предусмотренное действующим законом об иммунопрофилактике.

Лечебно-профилактическая организация обязана предупредить вас о последствиях отказа от профилактических прививок, нарушающего права ребенка на жизнь и обеспечение здоровья в соответствии с Венской декларацией 1993 года, Оттавской декларацией, принятой Всемирной медицинской ассоциацией в 1998 году, в первую очередь, о последствиях отказа для здоровья ребенка.

23. Если не будет поставлена прививка, смогут ли дети посещать образовательные организации?

В случае отказа от профилактических прививок родителями своим детям закон «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний» от 17 сентября 1998 года № 157-ФЗ предусматривает определенные ограничения:

- запрет на выезд в страны, где требуются конкретные прививки;
- временный отказ в приеме в образовательное и оздоровительное учреждение при возникновении массовых инфекционных заболеваний или угрозе эпидемий;
- в последующем, став взрослым, ваш ребенок может быть не допущен к работам, выполнение которых связано с высоким риском заболевания инфекционными болезнями.

24. Можно ли заболеть гриппом от вакцинации?

Однозначно нет. Вакцина не содержит живой вирус.

25. Можно ли заболеть гриппом после вакцинации?

Есть вероятность заболеть даже у привитого человека. Но: во-первых, заболевание будет протекать намного легче, а риск развития осложнений гриппа будет сведен к минимуму.

26. Сколько действует вакцина от гриппа?

В течение 12 месяцев

27. Правда ли, что от гриппа можно умереть?

Своевременная вакцинация снижает смертность среди пожилых пациентов на 60%, заболеваемость в группе привитых взрослых – на 70-90%, среди детей - на 60-90%.