



Svinjska gripa

Šta je virus A (H1N1)?

H1N1 novi je virus gripe A protiv kojeg većina ljudi još nema izgrađen imunitet. Stoga on može uzrokovati veći broj ugroženih ljudi nego što je to slučaj sa sezonskom gripom (od koje oboli 5–10% ljudi).

Virus svinjske gripe, poznat i kao H1N1, do sada je usmratio 1.900 osoba širom svijeta.

Kako se širi bolest?

Virusi gripe šire se tako što se dišne kapljice od kašljanja i kihanja inficirane osobe šire zrakom i dođu u kontakt s osobama koje se nalaze u blizini. Virus gripe mogu se širiti i kada se dodiruju dišne kapljice na drugoj osobi ili predmetu, a zatim dodirnu vlastita usta ili nos (ili druge osobe) prije nego što se operu ruke.

Virus može preživjeti na raznim površinama i inficira osobu dva do osam sati nakon dospijevanja na tu površinu. Ponekad je taj period i duži, posebno kada je riječ o neporoznim površinama.

Period inkubacije je dva do pet dana.

Simptomi

Simptomi infekcije ovim virusom, koji uzrokuje gripu, slični su simptomima infekcije virusom prehlade, kao i „obične“ sezonske gripe. Oni variraju od blagih simptoma do teške bolesti, koja može rezultirati smrću.

Prvi simptomi gripe su:

- temperatura – nagla pojava 38°C ili više, a obično se pojavljuje u kombinaciji s dva ili više sljedećih simptoma:
- nagli kašalj, upaljeno grlo, kihanje, curenje iz nosa,
- glavobolja, umor,
- bolovi u zglobovima i mišićima,
- proljev, osjećaj hladnoće i gubitak apetita,

- upala srednjeg uha, mučnina, povraćanje i proljev česti su simptomi gripe među djecom, a ima i slučajeva upale pluća.

Prevenција

- Često perite ruke sapunom i vodom, naročito nakon kihanja i kašljanja. Pranje treba trajati 20 do 30 sekundi. Možete koristiti i vlažne maramice.
- Prilikom kihanja ili kašljanja pokrijte usta i nos maramicom ili gornjim dijelom ruke, a ne dlanom. Maramicu zatim bacite u smeće;
- Izbjegavajte dodirivati oči, nos i usta;
- Izbjegavajte kontakt s oboljelim osobom;
- Izbjegavajte mjesta s previše ljudi;
- Ne dijelite opremu s drugima (filtre, zaštitne naočale i sl.) i pobrinite se da je pravilno očistite. Nemojte uzimati lijekove na svoju ruku;
- Održavajte zdrave navike, uključujući dovoljan san, uravnoteženu prehranu i vježbanje, i izbjegavajte pušenje;
- **Potrebno je jačati imunitet, što više unositi vitamina C, jesti svježe voće i povrće, boraviti na svježem zraku u šetnji, prozračivati prostor.**

Postoji li vakcina protiv ovog virusa?

Vakcina protiv virusa A(H1N1) trenutno se proizvodi u ograničenim količinama. Zato Svjetska zdravstvena organizacija preporučuje da zdravstveni radnici prvi dobiju vakcine. Druge rizične grupe, poput djece starije od šest mjeseci, trudnica i starijih osoba, također trebaju imati prioritet prilikom vakcinacije. Rane studije pokazale su da je za odraslu osobu dovoljna jedna doza, dok će djeci možda trebati više od toga.

Jesu li antivirusni lijekovi trenutno rješenje?

Antivirusni lijekovi se bore protiv gripe kako bi se spriječilo širenje virusa u tijelu. Ako se razbolite, antivirusni lijekovi mogu ublažiti simptome Vaše bolesti i pomoći Vam da se brže oporavite. Oni također mogu spriječiti ozbiljne komplikacije gripe.

Tokom pandemije prioritet grupe za antivirusne lijekove se razlikuje od zemlje do zemlje, ali Svjetska zdravstvena organizacija preporučuje da prednost trebaju imati osobe s teškim bolestima (npr. hospitalizirani pacijenti) i one s medicinskim uvjetima koji predstavljaju veliki rizik za razvoj ozbiljnih komplikacija povezanih s gripom.

Pružaju li vakcine protiv sezonske gripe zaštitu od infekcije virusom A(H1N1)?

Vakcine protiv sezonske gripe ne pružaju zaštitu od novog virusa. Međutim, preporučuje se da se Vi i Vaša porodica vakcinišete protiv sezonske gripe, jer tako bi se smanjio rizik od infekcije i komplikacije nakon toga.

dr. Ismail Lutolli, specijalista na Klinici za pedijatriju UKCS-a