



## **Вакцина против гриппа**

С каждым годом в преддверии осенне-зимнего сезона все больше детей и взрослых прививаются от гриппа. Но и противников этой процедуры немало. Дать однозначный ответ, прививаться ли каждому взрослому, а тем более малышу, невозможно. Как и в любом медицинском вопросе, подход должен быть индивидуальным. Вакцинация - дело добровольное, решение принимается самостоятельно (за детей это делают родители), к тому же прививка от гриппа не входит в календарь плановых прививок и ее необходимо оплачивать (не всегда, детям обычно делают бесплатные). Попытаемся сориентироваться в этом вопросе.

Термин "грипп" произошел от французского *gripper* (хватать, ловить, схватывать). Ранее грипп называли инфлюэнца, от старофранцузского "незаметно проникать", "вторгаться". Данное название выражает внезапность, быстроту развития признаков заболевания, а также его вирусный характер - человек его "схватывает", "ловит". Грипп - острое инфекционное заболевание, поражающее преимущественно верхние дыхательные пути и протекающее с высокой температурой (сохраняющейся на протяжении 3-5 дней), с выраженным ухудшением самочувствия, которое проявляется высокой температурой, резкой слабостью, сильной головной и мышечными болями, тошнотой, рвотой.

## **Вирусы гриппа**

Гриппом болеют люди всех возрастов и в любое время года. Однако пик заболеваемости приходится на осенне-зимний период, когда люди больше времени проводят в закрытых непроветриваемых помещениях, организм ослаблен нехваткой витаминов и подвергается большим перепадам температуры. Часто заболевания гриппом переходят в эпидемию (от греч. *epidemia* - повальная болезнь).

Возбудители данного заболевания - вирусы гриппа трех типов: А, В, С. Вирусы гриппа обладают способностью быстро изменяться, так как постоянно циркулируют среди людей и обмениваются генетическим материалом. Множество контактов и развитие транспорта в

современном мире способствуют молниеносному распространению этих вирусов в самых отдаленных частях света. Тяжелые эпидемии гриппа типа А случаются каждые 10-40 лет, менее тяжелые повторяются каждые 2-3 года. Масштабные вспышки заболеваемости гриппом типа В повторяются каждые 4-7 лет. Заболевания гриппом С-типа встречаются равномерно на протяжении всего года.

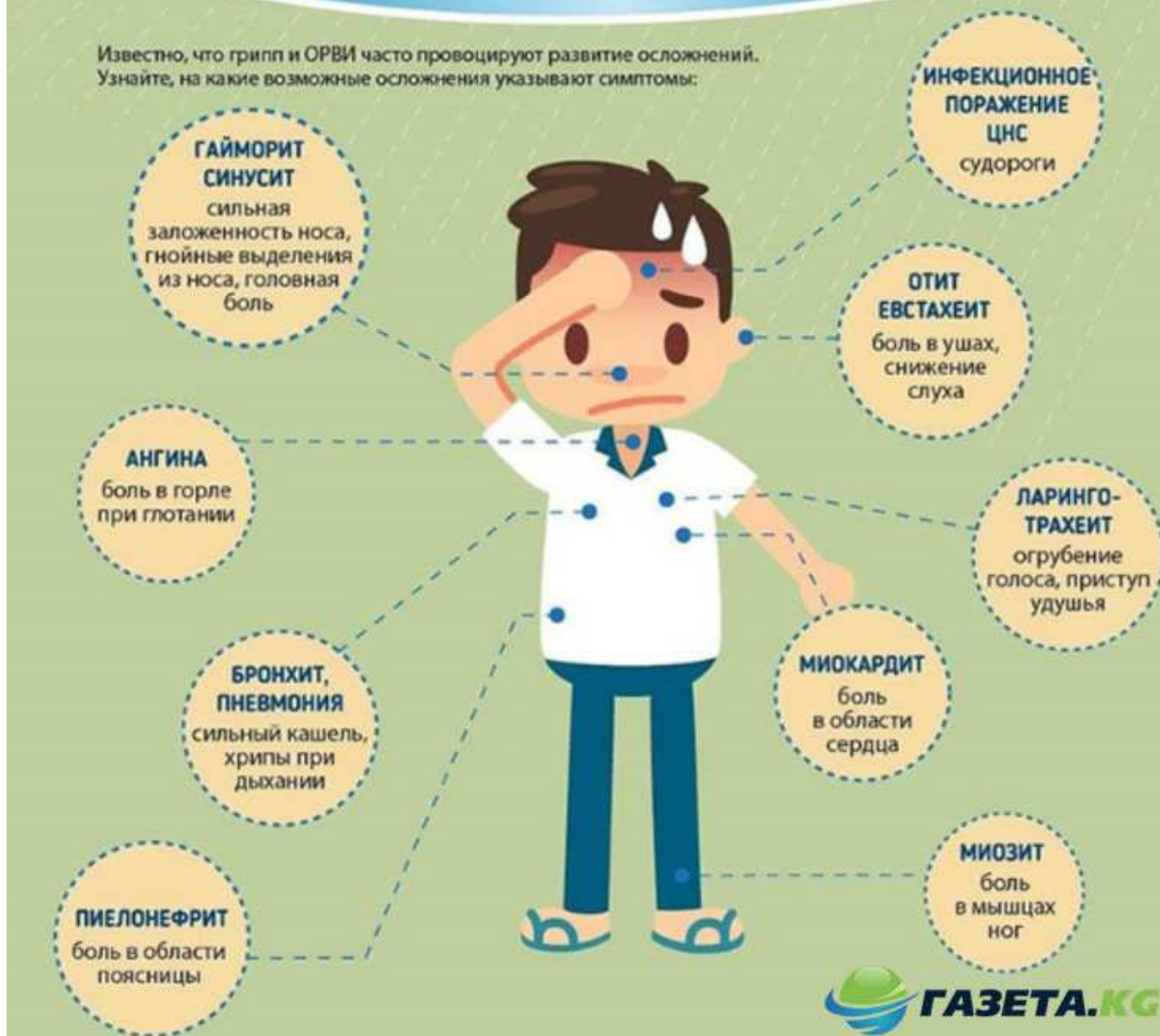
### **Если вирус "схвачен"**

При проникновении в верхние дыхательные пути вирус (независимо от типа) внедряется в клетки наружного слоя слизистой оболочки, вызывая их разрушение. Клетки, содержащие вирус, отторгаются организмом и попадают в окружающую среду с дыханием, при кашле, чихании, заражая окружающих. Этот путь передачи называется воздушно-капельным. Возможно заражение ЧЕРЕЗ посуду и другие предметы больного. В течение нескольких дней, а иногда и часов, вирус, размножаясь в организме, вызывает первые признаки заболевания - недомогание, озноб, ломоту в суставах, боли в мышцах. Далее стремительно повышается температура до 39-40 °С, возникает головокружение, головная боль, присоединяется кашель, першение в горле, появляется прозрачное, а затем и гнойное отделяемое из носа.

Переболев гриппом (чаще всего тяжело) ЧЕЛОВЕК приобретает иммунитет к нему. Однако проблема заключается в том, что вирус все время меняется, так что выработавшиеся ранее антитела (защитные специфические белки, направленные против возбудителя) не в полной мере защитят даже уже переболевшего гриппом от нового варианта вируса.

# ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ ГРИППЕ

Известно, что грипп и ОРВИ часто провоцируют развитие осложнений. Узнайте, на какие возможные осложнения указывают симптомы:



## Чем опасен грипп

Вирус гриппа подавляет иммунные реакции организма, поэтому значительно снижается способность ребенка противостоять болезням. Известно, что во время эпидемий гриппа заболеваемость бактериальными инфекциями дыхательных путей резко возрастает. К тому же грипп вызывает обострение и усугубляет течение хронических заболеваний (если таковые имеются). Бывает, что хроническое заболевание ребенка повышает вероятность тяжелого течения гриппа и развития его осложнений, которые являются основной причиной высокой смертности.

Осложнения гриппа: пневмония - воспаление легких, отит - воспаление среднего уха (иногда переходящее в менингит - воспаление оболочек мозга), поражение сердечно-сосудистой и центральной нервной системы.

## Кому показана вакцинация против гриппа.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендовала вакцинацию против гриппа как единственный реальный способ уберечься от этой инфекции привитому и возможность создания коллективного иммунитета. ВОЗ определила группы лиц, которым вакцинация необходима (конечно, при их согласии). В данную группу риска вошли и дети:

- часто болеющие;
- страдающие хроническими заболеваниями органов дыхания (например, бронхиальной астмой) и/или имеющие пороки развития дыхательной системы;
- страдающие болезнями и/или пороками развития центральной нервной системы;
- с врожденными и/или приобретенными пороками сердца, нарушениями сердечного ритма;
- с заболеваниями почек (хронический гломерулонефрит, хроническая почечная недостаточность);
- с болезнями крови;
- страдающие эндокринными заболеваниями (сахарный диабет);
- с иммунодефицитными состояниями;
- дети, которых лечат препаратами, подавляющими иммунную систему;
- а также дети, посещающие детские учреждения.



Для специфической профилактики гриппа используются инактивированные (не содержащие живых вирусов) и живые вакцины (содержащие ослабленные, незаразные вирусы). Последние в настоящее время практически не используются - сейчас интенсивно разрабатывается новое поколение живых вакцин. Инактивированные вакцины обладают значительно меньшей

### **Как действует вакцина**

Введение в организм инактивированного вируса (или его частей) вызывает выработку антител разного типа, что позволяет создать многоуровневую систему защиты от гриппа, а так как вирусы гриппа имеют сходные структуры с вирусами ОРЗ, то вырабатываемые после вакцинации противогриппозные антитела защищают организм также и от ОРЗ - с эффективностью 50-60% снижается число случаев развития воспалений легких, обострений хронических заболеваний. Уже через две недели после прививки в организме накапливаются противогриппозные антитела и он становится невосприимчивым к заболеванию. Защитные белки распознают вирус и уничтожают, не позволяя ему размножиться.

Достаточная иммунная реактивность организма сохраняется около 6 месяцев (по другим данным - до года), что обеспечивает его высокую сопротивляемость вирусу гриппа в течение всего эпидемического сезона. Эффективность иммунизации современными противогриппозными вакцинами составляет 70-90% и зависит как от конкретной вакцины, условия ее хранения и транспортировки, так и от эпидемиологической обстановки в конкретное время, от особенностей организма малыша и прочих факторов. То есть вероятность того, что привитой ребенок заболит гриппом, все же сохраняется, но при этом переболеет он им в легкой форме и без развития осложнений.

### **Схема вакцинации**

Все существующие на сегодняшний день противогриппозные вакцины применяются по стандартной схеме. Оптимальными сроками начала вакцинации являются сентябрь-октябрь, тогда к началу эпидемического сезона, приходящегося, как правило, на декабрь-январь, вырабатывается достаточная иммунная защита. Необходимо успеть сделать прививку до начала эпидемии: если это сделать позже, то увеличивается опасность привиться во время скрытого (инкубационного) периода болезни.





### **Прививочные реакции**

Современные противогриппозные вакцины вызывают сравнительно мало прививочных реакций (вариант нормального течения периода после введения вакцины). Живые вакцины крайне редко вызывают незначительное кратковременное повышение температуры. Инактивированные цельноклеточные вакцины также способны вызвать кратковременное повышение температуры и развитие отека в месте введения препарата. Субъединичные препараты и сплит-вакцины крайне редко вызывают слабые прививочные реакции в виде легкой болезненности в месте введения вакцины.

Учитывая слабые реактогенные свойства противогриппозных вакцин, их введение можно совмещать с использованием других вакцин (в разных шприцах).

### **Когда прививаться нельзя**

Основным противопоказанием для применения противогриппозной вакцины является непереносимость компонентов препарата: белков куриного яйца и специальных консервантов, содержащихся в некоторых препаратах.

Запрещается введение вакцин при острых заболеваниях или при обострении хронических недугов. По истечении 3-4 недель после выздоровления или стихания проявлений хронической болезни вакцинацию можно произвести.

Не рекомендуется противогриппозная прививка и в том случае, если на предыдущее введение препарата развились какие-либо поствакцинальные осложнения.

## **Где можно прививаться?**

Прививки могут осуществляться в любом медицинском учреждении, имеющем лицензию на проведение вакцинации (в поликлинике, коммерческой клинике, иммунологическом центре). Вакцинации производится сертифицированным врачебным персоналом в прививочном кабинете или на дому, при заключении родителями договора с частной медицинской компанией о наблюдении ребенка.

После вакцинации выдают справку и фиксируют название вакцины, серию, номер, дату проведения прививки, название лечебного учреждения, наличие отрицательных реакций.

Самостоятельно приобретать вакцину не следует: врач имеет право отказаться от введения вакцины, приобретенной в аптеке или где-то еще, так как у него нет гарантии правильности ее транспортировки и хранения, что может вызвать осложнения после вакцинации или обусловить неэффективность вакцины. При проведении вакцинации в специализированных центрах гарантируется годность препарата.

Вакцина - это не лекарство в общепринятом смысле этого слова. Вакцинация имитирует вирусную инфекцию для того, чтобы спровоцировать иммунную систему организма на борьбу с инфекцией. На самом деле никаких симптомов болезни человек не ощущает. Попадая в организм, частицы вируса не могут размножаться и вызывать заболевание. Однако вирусные белки распознаются клетками иммунной системы. В ответ они начинают продуцировать специфические белки для защиты от вируса гриппа - антитела. Поэтому, когда в организм попадает по-настоящему болезнетворный вирус, то времени для выработки антител не нужно. Они уже есть после вакцинации. Благодаря этому заболевание предупреждается еще до его начала. При проведении вакцинации в течение нескольких лет подряд ее эффективность возрастает. Концентрация антител значительно нарастает после повторной вакцинации. У тех, кто болел гриппом в прошлые годы,

# Вакцинация против гриппа

## Надежно!

**7-9 человек из 10 привитых не заболеют гриппом**

**1-3 человека могут перенести грипп, но в легкой форме, без осложнений и летального исхода**

**2-3 человека не заболеют ОРВИ**

## Безопасно!

Современные вакцины против гриппа хорошо переносятся.

Иногда может наблюдаться:

У 1-2 человек из 10 привитых повышение температуры до 37,5°C

У 2-3 человек уплотнение и болезненность в месте укола

## Выгодно!

Вакцинация проводится однократно!

Прием профилактических лекарственных препаратов должен осуществляться регулярно в течение длительного времени.

### Какие правила нужно соблюдать после прививки?

Можно жить нормальной полноценной жизнью. На выработку иммунитета могут повлиять только сильное переохлаждение или перегревание и неумеренное потребление алкоголя.

### Можно ли вакцинироваться беременным женщинам?

Конечно. У женщин, ждущих ребенка, резко возрастает риск осложнений после гриппа. Грипп может привести к преждевременному прерыванию беременности. Поэтому врачи рекомендуют вакцинацию против гриппа начиная с 14-й недели беременности.

В настоящее время применяется инактивированная вакцина против гриппа, которая не опасна для плода. Для подтверждения этого факта было проведено широкомасштабное клиническое испытание с участием более 2000 беременных женщин.

Вакцинация против гриппа необходима и кормящим мамам. Антитела, вырабатываемые организмом женщины в ответ на введение вакцины, проникают в грудное молоко и создают дополнительную защиту для ребенка.



# ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА. ВАКЦИНАЦИЯ – ЗА И ПРОТИВ!

## КОВАРНЫЙ ГРИПП

Ежегодно в России болеет около 30% населения – 50 млн. человек. Официально регистрируются 3–5 млн. случаев ежегодно и десятки млн. заболеваний ОРВИ. Прививка от гриппа – основное средство профилактики. Высока смертность от осложнений после перенесённого гриппа. Грипп опасен для всех людей, независимо от возраста и состояния здоровья, во время эпидемии поражают и вполне здоровые люди. Дети младшего возраста беззащитны против гриппа, так как не защищены противогриппозными антителами, пока не переболеют гриппом, а у пожилых с возрастом антитела теряются из-за постепенного ослабления иммунитета.



## ПРИВИВКА ОТ ГРИППА

Прививка от гриппа снижает уровень заболеваемости в 1,4–1,7 раза, уменьшает тяжесть болезни, предупреждает развитие тяжёлых осложнений и летальных исходов. Прививку от гриппа лучше всего делать в октябре-ноябре, когда эпидемия еще не началась. Иммунитет вырабатывается примерно 2 недели. Вакцинация во время эпидемии также эффективна, однако в период до развития иммунитета (7–15 дней после вакцинации) необходимо проводить профилактику другими средствами. Вакцин против гриппа существует много. Но рекомендуется выбирать сплит-вакцины, т.е. вакцины, содержащие частицы разрушенного вируса гриппа. Отсутствие живых вирусов в вакцине является гарантией того, что после прививки Вы не заболеете гриппом.



## ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ СДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ

Специальной подготовки к вакцинации против гриппа не требуется.

Лучше, чтобы в течение 2 недель, предшествующих вакцинации, у Вас не было простудных заболеваний.

Противопоказания к вакцинации от гриппа

- острое заболевание или обострение хронического заболевания в день вакцинации;
- аллергия на белок куриных яиц;
- аллергические реакции на другие компоненты препарата;
- тяжёлая реакция на предыдущие введения вакцины.



## "Портрет" болезни

Источником заражения гриппом, как и другими респираторными заболеваниями, является заболевший человек, который с кашлем, чиханием или при разговоре распространяет вокруг себя возбудителя в мельчайших капельках носовой слизи, слюны или мокроты. Вероятность заболеть гриппом при попадании вируса в верхние дыхательные пути очень велика и не зависит от возраста. С момента проникновения вируса в организм до появления симптомов заболевания проходит от нескольких часов до 1 – 3 дней. Обычно грипп начинается остро. В течение 3 – 4 дней у больного сохраняется повышенная температура, затем при типичном течении заболевания постепенно наступает улучшение. Общая продолжительность заболевания составляет 7 – 10 дней. Характерной чертой гриппа является медленное восстановление организма в период выздоровления (после болезни долго сохраняются быстрая утомляемость, расстройство сна, нарушение аппетита и т.д.).

Менее чем у 1% заболевших наблюдается так называемый молниеносный грипп. При этом заболевании развивается вирусная пневмония, к которой быстро присоединяются нарушения функций других органов и систем. Заболевание начинается с типичных симптомов, но в течение 2 – 3 дней быстро нарастает недостаточность дыхания, развивается отек легких с последующими осложнениями со стороны сердца, почек и нервной системы. Смертность при молниеносном

Вакцинацию против гриппа проводят ежегодно. Инактивированные вакцины вводят внутримышечно или подкожно. Детям, если им ранее вакцинация не проводилась, рекомендуется двукратная вакцинация с интервалом в 4 недели.

Реакции на вакцины, разрешенные к использованию для грудных детей, наблюдают довольно редко, частота этих реакций у однотипных вакцин разных производителей примерно одинакова.

Местные реакции при введении инактивированных вакцин – покраснение, припухлость, болезненность в месте введения – наблюдаются у 5 – 10% привитых и обычно проходят без лечения через 2 суток. Общие реакции в виде повышения температуры, озноба, головной боли, боли в мышцах и суставах, судорог, невралгии отмечаются у 2 – 8% привитых и также проходят за 2 – 3 суток.

### **Противопоказания к прививке от гриппа**

Аллергия на куриные яйца или на компоненты вакцины.

Острое заболевание или обострение хронического заболевания. Относительным противопоказанием можно считать период первого триместра беременности. Считается, что вакцинация инактивированными вакцинами во втором и третьем триместрах беременности безопасна.

