

Gripas – tai ūminė virusinė kvėpavimo takų infekcija, kuriai būdinga staigi ligos pradžia, karščiavimas, sausas kosulys, gerklės, galvos, raumenų skausmas, nuovargis ir silpnumas. Kitaip nei kiti ūminių viršutinių kvėpavimo takų infekcijų virusai, gripas gali sukelti komplikacijų, pavojingų gyvybei. Komplikacijos dažniau kyla vaikams iki 2 m. amžiaus, nėščiosioms, vyresnio amžiaus žmonėms ir tiems, kurie serga lėtinėmis ligomis.

Įprastai Lietuvoje sergamumo gripu pikas stebimas žiemos (sausio – kovo) mėnesiais, tačiau gripo aktyvumas gali prasidėti ankstyvą spalio mėnesį ir tęstis iki vėlyvo gegužės mėnesio. Kauno visuomenės sveikatos centro duomenimis, lyginant su ankstesniųjų metų tuo pačiu laikotarpiu, šiemet sergamumas gripu ir ŪVKTI Kauno apskrityje yra gerokai didesnis nei praėjusiais metais. Pernai 3-ąją metų savaitę Kauno apskrityje rodiklis siekė 69,4, Kauno mieste – 81,0, o Kauno rajone – 49,9 atvejo 10 000 gyventojų per savaitę

Gripas itin greitai plinta, per trumpą laiką apimdamas didelį žmonių skaičių. Gripo virusas perduodamas nuo žmogaus kitam žmogui oro lašeliniu būdu. Taip pat šiuo virusu galima užsikrėsti ir kontaktiniu būdu. Oro lašeliniu būdu užsikrečiama, kai sergantis kosėja, čiaudi, kalba. Tuomet mažų lašelių pavidalu į orą išsiskiria gleivinės ir kvėpavimo takų sekretas su virusais. Tiesioginio kontakto metu užsikrečiama liečiantis rankomis, tuomet virusas nuo rankų gali patekti į akių, burnos ar nosies gleivinę. Netiesioginio kontakto metu užsikrečiama nuo daiktų, kuriuos anksčiau lietė sergantis. Gripo virusas ant daiktų, kurių paviršius yra lygus gali išlikti gyvybingas apie 24 – 48 valandas, ant audeklo, popieriaus 8 – 12 valandų.

Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro specialistai primena, kad skiepai yra pati efektyviausia priemonė, apsauganti nuo gripo ir jo sukeliamų komplikacijų: plaučių, bronchų, ausų uždegimo, sinusito, lėtinių ligų paūmėjimo ir kitų. Pasiskiepyti nuo gripo Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja visiems, o ypač šiems asmenims:

- asmenims, sergantiems lėtinėmis širdies ir kraujagyslių, kvėpavimo takų, inkstų ligomis, lėtinėmis ligomis susijusiomis su imuniniais mechanizmais, piktybiniais navikais;
- nėščiosioms;
- 65 m. ir vyresniems asmenims;
- asmenims, gyvenantiems socialinės globos ir slaugos įstaigose;
- sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojams.

Primenama, kad šiems asmenims Lietuvoje suteikiama galimybė pasiskiepyti valstybės biudžeto lėšomis.

Gripo vakcina rekomenduojama pasiskiepyti rudens-žiemos laikotarpiu, kadangi reikia maždaug dviejų savaitžių, kad žmogaus organizme susidarytų antikūnai, kovai su gripo virusu. Gripo sezono pradžios negalima nuspėti, tačiau žvelgiant retrospektyviai, gripo sezono pradžia laikoma ankstyvas spalio mėnuo, pabaiga – balandžio-gegužės mėnesiai. Skiepytis šiuolaikiška inaktyvuota vakcina nepavojinga, net jei žmogus yra infekuotas (t.y. užsikrėtęs), o pati liga dar inkubaciniame periode. Vakcinoje esantys virusai yra inaktyvuoti ir suskaldyti į fragmentus, todėl jie negali daugintis ir tuo pačiu sukelti gripo ligos.

Skiepytis nuo gripo dar nėra per vėlu, todėl, kad skiepijantis net iki epidemijos pabaigos yra galimybė išvengti sunkios gripo ligos arba net mirties. Ypač rekomenduojama pasiskiepyti gripo rizikos grupėms priklausantiems asmenims. Pasiskiepyti galima asmens sveikatos priežiūros įstaigoje, kurioje žmogus yra prisiregistravęs.

Be skiepų yra ir kiti, nespecifiniai gripo profilaktikos metodai: kosėjimo-čiaudėjimo higiena (kosint ar čiaudint būtina užsidengti burną, vienkartinę popierinę nosinaite, o neturint jos - sulenkta alkūne), rankų higiena, kontaktų ribojimas, grūdinimasis, maisto produktų, stiprinančių imunitetą vartojimas ir kt. Tačiau šios priemonės gerina bendrą žmogaus imunitetą, bet ne specifinį.