

## **UWAGA! Sezon grypowy**

**Grypa** to ostra choroba zakaźna, wywołana przez wirus grypy, który atakuje drogi oddechowe chorego.

Grypa jest chorobą, na którą można zachorować wielokrotnie, z tego powodu, że wirus grypy mutuje z roku na rok.

Nieleczona grypa prowadzi do powstania poważnych i zagrażających życiu powikłań.

Choroba jest szczególnie niebezpieczna dla osób cierpiących na choroby przewlekłe typu astma, choroby serca, a także dla osób starszych, osób z osłabioną odpornością, kobiet w ciąży i małych dzieci.

### **Jak dochodzi za zakażenia?**

Grypą zarażamy się drogą kropelkową - podczas mówienia, kaszlu, kichnięcia, czasami również przez kontakt ze skażoną powierzchnią.

### **Objawy**

Grypa daje objawy podobne do innych chorób wirusowych, dlatego aby mieć 100% pewność, że to właśnie grypa należy wykonać badania laboratoryjne w Krajowym Ośrodku ds. Grypy w NIZP-PZH w Warszawie lub w jednej z szesnastu wojewódzkich stacji sanitarno-epidemiologicznych.

W diagnozowaniu grypy stosowany jest także tzw. szybki test przyłóżkowy, który możesz wykonać w trakcie wizyty w gabinecie lekarskim. Dzięki badaniu wymazu z nosa lekarz może odróżnić infekcję wirusem grypy od innych zakażeń wirusowych lub bakteryjnych, a to pozwoli uchronić przed niepotrzebnym zastosowaniem antybiotyku.

**W tym miejscu przypominamy, że antybiotyki są skuteczne w walce z bakteriami, natomiast nie działają na wirusy!**

### **Jak nie pomylić grypy z przeziębieniem**

Przed wszystkim grypa to choroba, która pojawia się nagle i ma gwałtowny przebieg. Towarzyszy jej wysoka gorączka z dreszczami, suchy, męczący kaszel, duszności i ból w klatce piersiowej, ponadto ból głowy oraz silne bóle mięśni.

# Grypa czy przeziębienie?



OBJAWY	GRYPA	PRZEZIĘBIENIE
 <b>początek</b>	choroba rozpoczyna się <b>gwałtownie</b>	<b>stopniowo nasilające się</b> objawy
 <b>gorączka</b>	<b>wysoka gorączka</b> (do 39°C), dreszcze	<b>stan podgorączkowy</b> , najczęściej poniżej 38°C
 <b>ból gardła</b>	<b>rzadki</b> lub nie występuje	jeden z <b>pierwszych objawów</b> , chrypa
 <b>katar</b>	<b>rzadki</b> lub nie występuje	<b>częsty objaw</b> , zatłokany nos
 <b>kaszel</b>	<b>suchy, męczący</b> , ból w klatce piersiowej oraz duszności	<b>mokry</b>
 <b>ból głowy</b>	występuje <b>prawie zawsze</b>	rzadko, często - <b>ból zatok</b>
 <b>bóle mięśni</b>	<b>bardzo intensywne</b> , dreszcze	nie występują lub są <b>mniej nasilone</b>
 <b>powikłania</b>	<b>wielonarządowe</b> (np. zapalenie płuc, zapalenie oskrzeli, zapalenie mięśnia sercowego, niewydolność oddechowa)	<b>rzadko</b> , ew. wtórne zakażenia bakteryjne

Główny Inspektorat Sanitarny  /GIS\_gov  /GISgovpl  /GIS\_gov\_pl  /gis.gov.pl

## Szczepienia przeciw grypie

Szczepionki przeciw grypie należą do grupy szczepionek inaktywowanych, czyli takich, które zawierają zabitego wirusa.

Szczepienia przeciw grypie chronią przed powikłaniami pogrypowymi, które mogą pozostawić zdrowotne konsekwencje do końca życia. Powikłania pogrypowe mogą dotknąć wszystkich bez względu na wiek.

## Ciekawostka

Jeden chory zaraża średnio 4 osoby z bliskiego otoczenia.

Chora osoba dorosła może być źródłem zakażenia dla innych 1-2 dni przed wystąpieniem objawów choroby oraz do 5-7 dni po wystąpieniu objawów.

Chore dziecko zakaża przez okres powyżej 10 dni, przy czym u małych dzieci również przez okres do 6 dni zanim wystąpią objawy.

Chory z ciężkim niedoborem odporności zakaża przez wiele tygodni lub miesięcy.

Po więcej informacji na temat grypy zapraszamy na stronę Internetową PZH

<https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepionki/grypa/?strona=8#szczepionka-przeciw-grypie-w-programie-szczepien-ochronnych>

**Źródło:**

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/grypa>

<https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepionki/grypa/?strona=2#co-to-jest-grypa>