Warto się zaszczepić

Prof. Anatol Panasiuk z Kliniki Chorób Zakaźnych i Hepatologii UMB odpowiadał na pytania słuchaczy Radia Orthodoxia i czytelników Gazety Współczesnej. Tematem była grypa. Oto zapis audycji:

Co to jest grypa?
To ostra choroba wirusowa, która przebiega z wysoką gorączką, bólami mięśni, stawów, głowy, nie pozwala normalnie funkcjonować, przez co najchętniej zostajemy w łóżku. Czasem może mieć przebieg dramatyczny. Często grypa mylona jest z przeziębieniem, wywoływanym przez inne wirusy, nie wirusy grypy. Aby jednak mieć pewność, czy mamy do czynienia z prawdziwą grypa, trzeba wykonać badania. Testy wykrywające wirusa grypy są wykonywane w izbie Przyjęć naszej Kliniki, po pobraniu wymazu z jamy ustnej. Aby określić rodzaj wirusa grypy potrzebne są specjalistyczne testy krwi.
W ostatnich latach dużo mówi się o świńskiej czy ptasiej grypie. Co to za choroby?
Ptasia czy świńska grypa są wywoływane przez odmiany wirusa grypy, które wywołują w sezonie epidemie czy zachorowania o dużej śmiertelności.
Kiedy grypa dopada nas najczęściej?
Zachorowania notowane są przez cały rok, ale najczęściej zwyżka zachorowań pojawia się we wrześniu i trwa do marca-kwietnia. Szczyt zachorowań to styczeń-luty. Można też zachorować latem, choć to rzadkie przypadki.
Kto najbardziej jest narażony na zachorowanie?
Osoby, które mają osłabioną odporność, z natury to dzieci i osoby po 55-65 roku życia, osoby po przeszczepieniach narządów, w trakcie chorób nowotworowych. W grupie ryzyka są też osoby, które mają kontakt z dużą ilością ludzi, czyli np. pracownicy ochrony zdrowia, wojsko, policja, pracownicy aptek, służb komunalnych. Są oni nie tylko sami narażeni na zachorowania, ale też stanowią potencjalne źródło choroby dla innych, jeśli nie zostają w przypadku infekcji w domu.
Sama grypa nie jest chyba tak groźna, jak jej powikłania?
Prawdziwa grypa bardzo ciężką chorobą. Osoby chore mają wysoką gorączkę, silne bóle mięśniowo-stawowe, suchy kaszel, światłowstręt. Mogą wystąpić zaburzenia świadomości, pamięci, drgawki. W stanie choroby trudno jest o koncentrację w pracy czy wykonywać codzienne czynności. Z natury wirus uszkadza nabłonek dróg oddechowych, a za tym idą kolejne infekcje bakteryjne stwarzające większe zagrożenie. Wirus grypy poza tym że uszkadza górne i dolne drogi oddechowe, może doprowadzić do zapalenia mięśnia sercowego. Inne groźne powikłania to np. uszkodzenia śródmiąższowe nerek, środkowego układu nerwowego, szpiku.
Jak nie zachorować?
Najbardziej skutecznym zapobieganiem jest szczepienie. Chroni ono szczepionego w 70-80 proc. przed zachorowaniem i praktycznie w 100 proc. przed powikłaniami grypy.
Jak ktoś nie korzysta ze szczepień, powinien dbać o odporność, kondycję fizyczną, w sezonie grypowym unikać chorych, zbiorowisk ludzkich. Ale to tylko półśrodki.
Z czego składa się szczepionka?
To koktajl białkowy wyizolowany z kilku wirusów, które spowodowały największe epidemie grypy w poprzednim roku. To białka wirusowe, nie wirusy, dlatego nie można zakazić się szczepionką. Podaje się ją śródskórnie albo domięśniowo, po 7-14 dniach organizm produkuje przeciwciała, które są w stanie zabić wirusa przy najbliższym kontakcie.
Oczywiście jest ryzyko, że będzie epidemia takiego wirusa grypy, którego nie uwzględnia w swoim składzie szczepionka. Ale w szczepionkach zawarty jest najbardziej prawdopodobny wariant wirusa, z którym można spotykać się w danym sezonie.

Czy ma znaczenie jaką szczepionką się szczepimy?
Skład szczepionek dostępnych w aptekach jest identyczny, wszystkie firmy muszą go uwzględnić. Są różne budowy szczepionek, metody uzyskiwania białek, które nie mają większego znaczenia dla odpowiedzi wirusologicznej. Nie ma znaczenia jaką szczepionką się zaszczepimy, ważne, aby się zaszczepić.
Szczepić się teraz czy tuż przed szczytem zachorowań?
Szczepionka jako taka jest efektywna przez 2-3 lata po szczepieniu, ale nie daje takiego okresu odporności, bo w kolejnym roku mamy nową odmianę wirusa i szczepić się trzeba co roku. Przed nadchodzącym sezonem najlepiej zaszczepić się teraz, gdy nasza odporność po lecie jest jeszcze duża i jesteśmy prawdopodobnie zdrowsi niż będziemy za kilka miesięcy, np. po przejściu kilku infekcji.
Czy warto zaszczepić dziecko, które właśnie poszło do przedszkola i zaczyna chorować?
Wiadomo, że jak dziecko idzie do przedszkola, nie ma miesiąca aby nie lądowało z infekcją w łóżku. Dlatego szczepimy dzieci nie tylko przeciwko grypie, ale pneumokokom czy Haemophilus influenzae. Szacuje się, że standardowo w trakcie sezonu dziecko przedszkolne choruje 7-8 razy, stosując szczepionki redukujemy tę ilość zachorowań.
Dzieci można szczepić od 6 miesiąca życia. Jeśli na grypę zachoruje dziecko do 1 roku życia, jest ryzyko głuchoty, porażenia nerwu słuchowego, dlatego otolaryngolodzy dziecięcy apelują o szczepienie małych dzieci, co chroni przed powikłaniami tego typu.
W przypadku dzieci młodszych niż 6 miesięcy, zaleca się matce karmiącej aby zaszczepiła się przeciwko grypie, wtedy wytworzone przeciwciała trafiają do dziecka z pokarmem.
Generalnie osoba zaszczepiona zapada do 30 proc. rzadziej także na inne infekcje wirusowe, szczepionka pobudza odporność przeciwwirusową.
Kto powinien się zaszczepić?
Wymienione wcześniej osoby z grupy ryzyka, ale też np. kobiety, które planują zajść w ciąże. Ciąża też nie jest przeciwwskazaniem, bo są ciężarne przechodzą ciężko zakażenie wirusem grypy, kończy się niekiedy poronieniem. Przeciwwskazaniem do szczepień jest tylko ostra infekcja wirusowa, z gorączką powyżej 38 st. C, bo organizm walczący z inną chorobą mniej przeciwciał wytwarza, nie szczepimy się też podczas ciężkiej innej choroby.
Przeciwwskazaniem jest też uczulenie na białko jaja kurzego lub składniki szczepionki.
Jakie mogą być powikłania poszczepienne?
W 5-20 proc. przypadków występuje ból w miejscu wkłucia, obrzęk, zaczerwienienie, gorączka - to przejściowe reakcje organizmu na obce białko. Poważniejsze powikłania tez mogą się zdarzyć, ale bardzo rzadko.
Czy szczepionka chroni od wszystkich rodzajów grypy?
Od świńskiej, tak, od ptasiej nie ma szczepionki, bo wirus H5N1 jest tak zjadliwy, że nie można go hodować na zarodkach dlatego nie udało się do dzisiaj wyprodukować szczepionki. Dlatego boimy się aby taka epidemia nas nie spotkała, bo wtedy słynna hiszpanka, po której zmarło kilkanaście milionów osób, przy tych zachorowaniach będzie niczym.
Czy dużo osób szczepi się od grypy w Polsce?
Największą wszczepialność mieliśmy w sezonie 2005/2006, gdy zaszczepiło się ok. 8 proc. populacji, wtedy ok. 200-300 tys. osób zachorowało w całym sezonie na grypę. Myśleliśmy, że ten trend się utrzyma, ale co roku mamy spadek szczepień. Dramatycznie niska ilość była w ostatnim sezonie, gdy zaszczepiło się niecałe 4 proc. populacji. W efekcie ok. 3 mln osób zachorowało na grypę, a 119 z powodu powikłań zmarło.
Jak leczyć grypę?
Lekiem przeciwwirusowym. Jest dość drogi, pięciodniowa kuracja kosztuje ponad 100 zł, ale jest bardzo skuteczna. Można stosować profilaktycznie leki p/wirusowe przez osoby z otoczenia osoby chorującej. Większość reklamowanych leków przeciwgrypowych są w

rzeczywistości zwalczające tylko objawy: gorączkę, zapalenie, uszczelniają naczynia, lekko podnoszą odporność, ale na wirusa żadnego wpływu nie mają.

Czy stosować antybiotyki?

Antybiotyki są wskazane gdy dojdzie do powikłania grypy, np. zapalenia płuc. Przez pierwsze trzy dni gorączki nie ma wskazań do brania antybiotyku, jak wysoka temperatura trwa powyżej trzech dni, jest nasilenie kaszlu, bólu w klatce piersiowej, duszności, powinniśmy rozważyć zastosowanie antybiotyku. Trzeba pamiętać, że przy częstym stosowaniu antybiotyków paradoksalnie osłabiamy skuteczność obronną organizmu.