



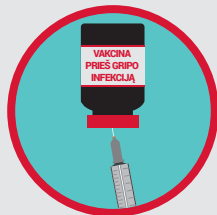
JUMS REIKIA ŽINOTI APIE

GRIPA



AR JŪS NAUDOJATĖS VEIKSMINGOMIS APSAUGOS NUO GRIPO PRIEMONĖMIS?

SUŽINOKITE! PASISKIEPKITE! APSISAUGOKITE!



KAS YRA GRIPAS?

Sezoninis gripas - tai ūminė kvėpavimo takų infekcija, plintanti oro lašeliniu būdu. Skirtingai nuo kitų kvėpavimo takų infekcijų, gripas sukelia ūmią ligą ir yra pavojingas dėl komplikacijų. Kai kurie žmonės turi didesnę gripo komplikacijų riziką, kurias tenka gydyti net ligoninėse.

GRIPŲ INFEKCIJA SUKELIA PAKITIMUS

NOSYJE

GERKLĖJE

BRONCHUOSE

ir kartais

PLAUČIUOSE

Sezoniniu gripu susergama užsikrėtus žmogaus gripo virusu, kuris plinta kvėpavimo takais. Net sergant nesunkia infekcija žmonės dažnai patiria kai kuriuos arba net visus šiuos simptomus.

Rizikos asmenų grupės yra pagyvenę (vyresnio amžiaus) ir sergantieji lėtinėmis ligomis:

- ✚ Astma ir kitomis kvėpavimo takų ligomis;
- ✚ Diabetu ir kitomis endokrininės sistemos ligomis;
- ✚ Širdies ir kraujagyslių sistemos ligomis;
- ✚ Inkstų ligomis;
- ✚ Kepenų ligomis;
- ✚ Medžiagų apykaitos ligomis;
- ✚ Neurologinėmis ligomis;
- ✚ Turintys įgimtą arba įgytą imunodeficitinę būklę

**PADIDINTOS RIZIKOS
ASMENŲ GRUPĖS**



Šiems asmenims rekomenduojama kasmet rudens metu skiepytis.

KOKIE YRA LIGOS SIMPTOMAI?

GRIPO SIMPTOMAI

karščiavimas | gerklės skausmas | sloga | sausas kosulys
nuovargis | galvos skausmas | raumenų skausmas

Gripo komplikacijos – tai pneumonija, vidurinės ausies ir sinusų infekcijos, dehidratacija bei lėtinių sveikatos būklių, pvz., širdies nepakankamumo, astmos arba diabeto paūmėjimas. Pagyvenusiems žmonėms gripas gali sukelti arba pabloginti kardiovaskulinių ir cerebrovaskulinių ligų eigą (širdies priepuoliai ir insultai).

KAIP AŠ GALIU UŽSIKRĖSTI GRIPU?

Gripas perduodamas nuo žmogaus žmogui:



Gripas galima užsikrėsti nuo užsikrėtusio ir sergančio žmogaus. Gripo virusas plinta kartu su seilių dalelėmis čiaudint, kosint. Seilių dalelės pasklinda ore, nusėda ant paviršių. Į kito žmogaus organizmą jos patenka įkvėpus arba užterštomis rankomis palietus akių, nosies, burnos gleivinę. Užsikrėtęs gripo virusu žmogus suserga per 24-72 val. (vidutiniškai 48 val.).

KAIP APSISAUGOTI SAVE IR APLINKINIUS NUO GRIPO?

Kaip išlikti sveikiems šią žiemą:

Pasiskiepykite iki gripo infekcijos sezono pradžios.

Skiepijimas prieš gripo infekciją kiekvieną rudenį - tai veiksmingiausias būdas neužsikrėsti gripu žiemos metu. Vakcinas prieš gripą efektyvumas svyruoja kasmet priklausomai nuo konkrečių cirkuliuojančių virusų.

KITOS PREVENCINĖS PRIEMONĖS YRA:

Reguliariai plauti rankas vandeniu ir muilu.

Čiaudėdami prisidengkite burną ir nosį servetėle,

Lašai oru nukeliauja netoli. Todėl didžiausia rizika užsikrėsti yra mažiau nei vieno metro atstumu nuo užsikrėtusio žmogaus, kuris kosėja arba čiaudėja neprisidengęs.

Išmeskite panaudotas servetėles.

Pakartotinai nenaudokite servetėlių arba nosinaičių. Gripo virusas gali kurį laiką išlikti aplinkoje, todėl galima užsikrėsti nuo panaudotų servetėlių arba nosinaičių.

Jei neturite servetėlės:

Čiaudėdami prisidengkite ranka pilnai uždengdami nosį ir burną

Sirgdami likite namuose.

Pasijutus blogiau, kreipkitės medicininės pagalbos.

KODĖL REIKIA SKIEPYTIS NUO GRIPO VIRUSO KASMET?

Gripo virusai nuolat keičiasi ir beveik kasmet atsiranda nauji gripo virusai.

Kasmetinis skiepijimas - tai pats veiksmingiausias gripo infekcijos prevencijos būdas.

RIZIKA

INFEKCIJOS KELIAMA RIZIKA

Įprastos komplikacijos

- Plaučių uždegimas
- Vidurinės ausies infekcija
- Sinusų infekcija
- Širdies raumens uždegimas
- Perikarditas
- Lėtinių ligų paūmėjimas (pvz. širdies nepakankamumas)

Retos komplikacijos

- Kraujo infekcija
- Smegenų dangalų infekcija
- Mirtis

GRIPO VAKCINOS KELIAMA RIZIKA

Dažniausi nepageidaujami reiškiniai (1 < 100)

- Jautrumas/skausmas, paraudimas ir (arba) patinimas dūrio vietoje
- Trumpalaikis karščiavimas (1-2 dienos), vaikams gali pakilti aukšta (virš 39 laipsnių) temperatūra
- Trumpalaikis nuovargis (1-2 dienos)
- Raumenų skausmas (1-2 dienos)
- Nepageidaujami reiškiniai pirmą kartą skiepijamiems vaikams gali pasireikšti dažniau nei suaugusiems

Reti nepageidaujami reiškiniai (<1/1.000)

- Alerginės reakcijos

Labai reti nepageidaujami reiškiniai (<1/10.000)

- Sunkios alerginės reakcijos (anafikasinis šokas)
- Dilgčiojimo ar deginimo pojūtis skirtingose kūno vietose (parestezija)
- Guillain-Barre sindromas



MTVC
MOKYMU , TYRIMU
IR VYSTYMO CENTRAS



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union