

## **Ce este GRIPA?**

Gripa face parte dintr-o categorie mai mare de boli virale respiratorii. Astfel, exista o serie de virusuri care circula in aceeași perioadă a anului, dau simptomatologie asemănătoare gripei dar se deosebesc de aceasta prin evoluția mai ușoară.

Puteti recunoaste o viroza respiratorie datorata altor tipuri de virusuri decat virusurile gripale dupa debutul mai lent al bolii (incepe usor cu usturimi in gat, nas infundat, dureri de cap) cat si dupa evoluția mai ușoară a bolii.

Gripa se transmite usor de la om la om datorita conditiilor favorizante cum ar fi aglomerarile urbane, colectivitatile de copii si adolescenti.

**Definiție:**

Este o boală acută. Infecțioasă, foarte contagioasă, produsă de virusul gripal. Se manifestă prin simptome respiratorii și fenomene toxice generale, putând evolua uneori spre forme grave.

Sezonul rece favorizează îmbolnăvirile și epidemiile de gripă (iarna, începutul primăverii), dar boala poate să apară și în alte anotimpuri.

**Transmiterea :**

Se transmite pe cale aeriană, de la omul bolnav la omul sănătos:

- Direct prin tuse sau strănut;
  - Indirect prin obiecte proaspăt contaminate (batistă, prosop, veselă, etc.)
- Contagiozitatea este mare, dar de scurtă durată ( 2 – 4 zile de la debutul bolii).

**Manifestare :**

Boala debutează brusc, la 1 – 2 zile de la contactul cu omul bolnav.

**Simptome :**

- Febră 39 – 40 grade Celsius;
- Frisoane;
- Cefalee (dureri de cap);
- Dureri musculare;
- Astenie fizică (slăbiciune);
- Congestionarea faringelui (roșu în gât);
- Răgușală până la afonie (pierderea vocii);
- Tuse frecventă, uscată, obositoare;
- Inapetență (lipsa poftei de mâncare);
- Grețuri. Vărsături;

**Tratament:**

Formele comune se tratează la domiciliu, cu repaus la pat, antitermice (paracetamol). Nu se ia acid acetic salicilic (ASPIRINA), aceasta poate favoriza apariția sindromului Reye.

- Consultați medicul de familie !
- Gripa severă și cea complicată se tratează în spital: susținerea funcțiilor vitale (respiratorie și cardio – vasculară), antibiotice în caz de suprainfecții bacteriene

## **Prevenire**

### **a) Recomandari generale pentru prevenirea îmbolnăvirilor prin gripa:**

1. evitarea aglomerarilor umane
2. Evitarea, pe cat posibil, a contactului cu persoanele bolnave;
3. Spalarea mainilor tot timpul, mai ales dupa suflarea nasului si venirea in contact cu persoane bolnave,
4. Omul bolnav se izolează de restul familiei într-o cameră corespunzătoare din punct de vedere igienic (luminoasă, aerisită, suficient de încălzită 24 – 26 grade Celsius).

5. Bolnavul va folosi batiste igienice în caz de tuse sau strănut
6. Aerisirea incaperilor sau a birourilor cu mentinerea unei temperaturi de 18-20 grade C,
7. Mentinerea la domiciliu a copiilor bolnavi pentru evitarea transmiterii bolii in comunitate.
8. Evitarea vizitării bolnavilor sau suspectilor de gripă.

## **b) Vaccinarea antigripală**

Cea mai eficienta metoda de prevenire a imbolnavirilor de gripa este vaccinarea antigripala. Aceasta vaccinare protejeaza persoana vaccinata numai fata de virusurile gripale circulante in sezonul respectiv, cuprinse in vaccin, si nu fata de toate tipurile de virusuri care dau simptome asemănătoare gripei dar au evolutie mai usoara. Vaccinarea este recomandata tuturor persoanelor incepand cu varsta de 1 an.

Acesta trebuie sa fie efectuata in stare buna de sanatate, singura contraindicatie la vaccinare fiind alergiile la proteine de ou.

Perioada in care este bine sa fie administrat vaccinul este in presezon, adica lunile octombrie-decembrie ale fiecarui an. Vaccinul utilizat este diferit de la un sezon la altul, iar compozitia acestuia este stabilita de Organizatia Mondiala a Sanatatii care transmite tuturor producatorilor formula vaccinuala.

Grupele de populatie "tinta" pentru programele speciale de vaccinare sunt reprezentate de :

- a) persoane cu risc crescut de complicatii, aici fiind incluse persoanele in varsta sau cu handicap, cele institutionalizate, adultii si copiii cu afectiuni cronice (cardiovasculare, pulmonare, metabolice, renale si cu imunosupresie), persoanele cu varste peste 65 de ani, copiii si adolescentii (intre 6 luni si 18 ani) carora li se administreaza medicatie pe termen lung cu aspirina si care sunt astfel expusi riscului de a dezvolta sindrom Reye in urma unei infectii gripale.
- b) persoane, care prin natura ocupatiei, pot transmite gripa celor din categoria cu risc crescut, respectiv medicii, cadrele sanitare medii, personalul auxiliar din spitale si unitatile sanitare ambulatorii (cu prioritate a celor din maternitati, sectiile de terapie intensiva, statii de salvare), salariatii institutiilor de ocrotire a copiilor si batranilor si cei ai unitatilor de bolnavi cronici, membrii familiilor (inclusiv copiii) care includ persoane in categoria cu risc crescut de complicatii ale gripei.

Organizatia Mondiala a Sanatatii a recomandat, de asemenea, vaccinarea tuturor persoanelor infectate cu HIV, persoanelor care calatoresc la tropice sau in emisfera sudica, precum si vaccinarea gravidelor si a copiilor mici.

In cazul gravidelor, vaccinul gripal se poate administra pe toata durata sarcinii. De retinut ca acesta nu da reactii adverse si nu provoaca malformatii ale fatului. Vaccinul poate fi administrat si pe perioada alaptarii.

Contraindicatii:

Vaccinul gripal este contraindicat persoanelor cu manifestari alergice severe la oua. In cazul pacientilor cu boli febrile sau orice infectii acute, administrarea vaccinului trebuie amanata pana la vindecarea acestora.

Reactii adverse :

Vaccinarea poate determina aparitia, la 6-12 ore, a unor reactii secundare locale (la 30%-50% dintre vaccinati): durere, roseata (eritem), intarirea zonei respective (induratie), vanataie (echimoza), care dispar spontan. Totodata, pot aparea reactii generale (la 1%), precum febra sub 39 de grade Celsius, de scurta durata, care se remite cu antitermice, dureri de cap, astenie. Foarte rar pot aparea reactii alergice severe precum urticaria, rinita, socul anafilactic.

Administrare:

Vaccinul gripal se administreaza, numai de catre un cadru medical, intramuscular sau subcutanat. Pentru achizitionarea acestuia se recomanda prescriptia medicala. Vaccinul gripal poate fi administrat concomitent cu alte vaccinuri, dar in locuri diferite.

Atentie! Vaccinul ramas din sezonul precedent (2006-2007) nu mai trebuie utilizat si in

sezonul actual.

## **Despre Sindromul Reye**

In 1963, un doctor din Carolina de Nord a raportat 16 cazuri de encefalita care pareau sa fie cauzate de virusul gripal tip B. Aceasta boala a devenit cunoscuta sub numele de sindromul Reye. Sindromul a fost descoperit in realitate in 1929 insa nu a primit o denumire distincta.

In 1960, s-a descoperit ca boala are efecte grave asupra creierului (coma, delir); mai mult decat atat o analiza atenta a ficatului a aratat acumulari de grasimi (sau un nivel ridicat de enzime ale ficatului in sange).

Sindromul Reye este inca dificil de inteles. Acesta afecteaza copiii cu varsta cuprinsa intre 4 si 16 ani si apare in general in perioada in care exista epidemii (iarna) sau dupa o gripa.

Utilizarea unor medicamente precum aspirina pentru tratarea gripei pare sa aiba legatura cu aparitia acestui sindrom, desi nu este dovedit stiintific. Nu exista nici un test care sa detecteze sindromul Reye.

### **Simptome**

Semnele aparitiei acestui sindrom sunt strans legate de o infestare anterioara cu un virus. Fie ca este vorba despre infectia tractului respirator, fie diaree cauzata de o inflamatie sau gripa, simptomele acestui sindrom apar la cateva zile dupa activarea virusului. In multe cazuri, pacientii sunt tratati fara probleme, in altele insa au nevoie de atentie speciala deoarece starea lor se poate agrava.

Simptomele includ ameteala, greata, varsaturi, slabiciunea organismului. Copilul poate manifesta comportament irational si ritmul respiratiei lui creste foarte mult. Daca boala se agraveaza copilul se sufoca, are pupilele dilatate si este supus riscului de a intra in coma. Ficatul este marit, febra este rareori intalnita.

Sindromul Reye este rar: un caz la 100.000 de oameni. Este deseori suspectat in situatia in care copilul a suferit o infectie virala si are varsaturi sau delireaza. Desi sindromul variaza in functie de gravitate el trebuie incadrat in categoria bolilor mortale.

### **Prevenirea**

Aspirina si alte medicamente pe baza de salicilina nu trebuie utilizate pentru tratarea gripei sau a altor infectii virale. Indiferent de tipul infectiei, nu este recomandat sa administrati unui copil mai mic de 12 ani aspirina. Aceasta trebuie administrata doar daca exista prescriptie medicala.

### **Incubatia**

Sindromul Reye se manifesta la cateva zile (1-14) dupa o infectie virala.

### **Durata**

Durata difera in functie de gravitate. Sindromul se manifesta uneori fara complicatii si in timp, alteori poate cauza moartea chiar si in cateva ore. Acest proces poate fi oprit in orice stadiu si pacientul se recupereaza in 10 zile.

### **Transmitere**

Boala care determina aparitia sindromului este contagioasa; sindromul in sine nu se transmite unui alt individ.