

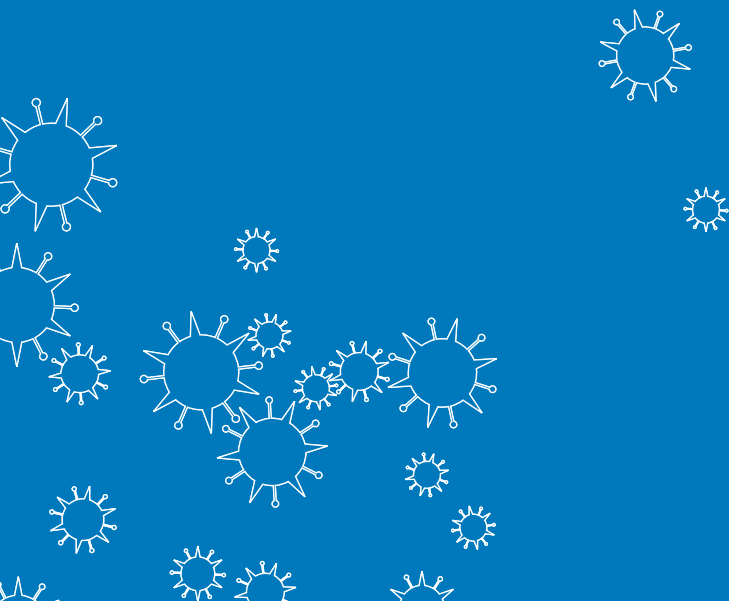


Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG

Sezonski grip, ptičji grip i pandemijski grip – Korisno je znati

Važne informacije za Vas i Vašu
porodicu



Šta je grip i koji su njegovi simptomi? Što je ptičji grip? Kako se treba ponašati u slučaju pandemije gripa u Švajcarskoj? U ovoj brošuri naći ćete odgovore o sva tri oblika gripa. Ona opisuje po čemu se oni razlikuju i kako se možemo najbolje zaštititi.

Definicija

Grip ili influenza je akutno infektivno obolenje disajnih puteva, koje uzrokuju virusi influence. Virus se prenosi direktnim kontaktom kapljicama u vazduhu nastalim kihanjem, kašljanjem i govorom zaražene osobe ili indirektnim kontaktom s nekom površinom (npr. dodiranjem kvake na vratima) na kojoj su virusi neko vreme mogli preživeti.

Sezonski grip

Sezonski grip (sezonska influenza) ljudi je akutno obolenje disajnih puteva, koje se pojavljuje na severnoj hemisferi Zemlje između decembra i marta. Prate je simptomi kao što su temperatura, glavobolja i bolovi u mišićima te može dovesti do teških komplikacija. U Švajcarskoj svake godine oboli oko 200 000 ljudi od sezonskog gripa.

Ptičji grip

Ptičji grip koji se naziva i klasična ptičja kuga je vrlo zarazna bolest životinja. Najpoznatiji virus ptičjeg gripa H5N1 je opasan za različite ptičje vrste. Sve dok virus ptičjeg gripa nije prenosiv sa čoveka na čoveka, bez kontakta sa zaraženom živinom, ne postoji opasnost od zaraze za stanovništvo Švajcarske.

Pandemijski grip

Pandemijom se nazivaju (virusna) obolenja koja se naglo šire na nekoliko zemalja ili kontinenata. Pandemija nastaje kada se pojavi novi soj virusa kojeg ljudski imunološki sistem ne može da prepozna i koji se lako prenosi sa čoveka na čoveka.

Prošlog veka pojavile su se tri teške pandemije koje su bile prouzročene virusom gripa: 1918, 1957 i 1968. Najpoznatija pandemija, takozvani „španski grip“ odnela je 1918. i 1919. širom sveta nekoliko milijuna ljudskih života.

Stanje danas

Za pojavu pandemije među ljudima mora da budu ispunjena tri kriterija: virus mora biti nove vrste, tj. ljudskom imunološkom sistemu uglavnom ili potpuno nepoznat, zarazan za ljude te da se prenosi s jedne osobe na drugu. Prva dva kriterija nalazimo kod ptičjeg gripa H5N1; treći kriterij ova vrsta gripa ne ispunjava.

Sezonski grip

Sezonski grip uzrokovan virusima influence je najčešća infekcija disajnih puteva kod ljudi. Epidemija gripa se pojavljuje svake godine, većinom između decembra i marta.

U pravilu svaki čovek može oboleti od gripa. Mladi se ljudi uglavnom posle bolesti dobro oporavljaju, ali za odojčad, starije ljude i osobe s hroničnim bolestima grip može da ima ozbiljne posledice.

Simptomi

- » nagla visoka temperatura preko 38°C
- » Groznica, glavobolja, bolovi u mišićima i zglobovima
- » Kjavica, suvi kašalj i grlobolja
- » Osećaj vrtoglavice
- » Otežano disanje
- » Kod dece mogu nastupiti i bolovi u trbuhu, proljev ili povraćanje

Grip najčešće ne zahteva posebno lečenje. Već prema simptomima i težini obolenja mogu se uzimati lekovi za snižavanje temperature i protiv bolova. Osim toga postoje specijalni lekovi protiv virusa gripa (antiviralni lekovi) koje prepisuje lekar, pre svega kod rizičnih bolesnika*. Ali oni se moraju uzeti najkasnije 48 sati posle pojave simptoma.

Prevenција

Najdelotvornija metoda zaštite od sezonskog gripa je vakcinacija. Time se može smanjiti rizik obolevanja od gripe i znatno smanjiti opasnost od pripadnih komplikacija kod rizičnih grupa*. Preporučuje se vakcinacija protiv gripa svim osobama rizičnih grupa te svim osobama koje ne žele oboleti od gripa. Vakcinacija je moguća kod uzrasta od šest meseci nadalje. Pošto se vakcina svake godine prilagođava novim virusima koji cirkulišu, vakcinacija se protiv gripa mora također svake godine ponoviti od sredine oktobra do sredine novembra.

Izbalansirana ishrana, redovno kretanje i dovoljno sna ljudima u svakoj starosnoj grupi pomažu u održavanju zdravlja i podižu odbrambenu moć organizma protiv infekata i drugih obolenja. Kao jedina zaštita protiv obolenja od gripa to nije dovoljno.

Higijenske mere

Sledeće mere generalno pomažu da se redukuje rizik prenošenja uzročnika bolesti:

- » Redovno i temeljito pranje ruku vodom i sapunom.
- » Kada kašljete ili kišete koristite ako je moguće maramicu, ili držite ruku na ustima. Posle toga ruke temeljito operite vodom i sapunom.
- » Koristite maramice za jednokratnu upotrebu i bacite ih u kofu za otpatke.
- » Redukujte kontakte s drugim osobama, ako je to moguće, npr. ostanite kod kuće ako imate gore navedene simptome.

Ostali izvori informacija

www.grippe.admin.ch
www.grippe.ch
www.influenza.ch
www.bag.admin.ch

*Rizicnoj grupi pripadaju ljudi koji imaju više od 65 godina i osobama s hroničnim bolestima, osobama koje su u stalnom kontaktu s ljudima s povećanim rizikom od komplikacija – u porodici, na radnom mestu ili u slobodno vreme.

Ptičji grip

Ptičji grip koji se naziva i klasična ptičja kuga je vrlo zarazna bolest životinja. Uzrokuju je najrazličitiji virusi gripa. Najpoznatiji virus gripa H5N1 opasan je za kokoške, ćurane, plovke, guske i druge vrste ptica – osobito one koje žive uz vodu. Prenos virusa ptičjeg gripa na ljude je retka pojava i moguć je samo u tesnom kontaktu sa zaraženom živinom (perje, sekret, balega) No, kod kuhanog ili pečenog mesa nema nikakve opasnosti.

U nekim regionima sveta, pretežno u Aziji virusom ptičjeg gripa inficiralo se od 2003. godine nekoliko stotina ljudi i oko polovine njih je od toga umrlo. Prvi simptomi su slični kao i kod sezonskog gripa, ali s ozbiljnim disajnim tegobama i gubljenjem daha.

Zaštitne mere za ljude

Sve dok virus ptičjeg gripa nije prenosiv sa čoveka na čoveka, bez kontakta s inficiranom živinom, nema opasnosti od zaraze za stanovništvo Švajcarske. No, pošto je u našoj zemlji 2006. pronađeno 2006 obolelih divljih ptica, otada vrede sledeće preporuke:

- » Izbegavati direktan kontakt s vodenim pticama.
- » Ne dirati bolesne ili mrtve ptice.

Ostali izvori informacija

www.bvet.admin.ch
www.bag.admin.ch
www.oie.int

Pandemijski grip

Pod pandemijskim gripom podrazumeva se globalno širenje gripa. Epidemija gripa ogleda se po tome što je obolenje uzrokovano novim oblikom virusa gripa protiv kojeg kod ljudi ne postoji imunitet i koji se – za razliku od ptičjeg gripa - lako prenosi sa čoveka na čoveka. Bolest se brzo rasprostranjuje i može dovesti do velikog broja teških obolenja.

U prošlosti je bilo više takvih pandemija. Najpoznatija pandemija je bila španski grip koji je 1918. godine širom sveta usmrtio 20 – 40 milijuna ljudi. Verovatno je da će i u budućnosti doći do pandemijskog gripa. Ne zna se samo gde i kada će sledeća pandemija izbiti.

Mogući simptomi i njihovo lečenje

- » Simptomi nisu poznati u detalje, jer virus pandemijskog gripa danas ne postoji
- » Simptomi bi mogli biti slični kao i kod sezonskog gripa, doduše u težem obliku.
- » Vreme od zaraze do pojave prvih simptoma iznosi verovatno nekoliko sati do dana.

Uzimanjem antiviralnih lekova može se ublažiti razvoj obolenja i redukovati prenos virusa. U slučaju pandemije vlasti osiguravaju davanje antiviralnih lekova.

Prevenција

Pripreme za pandemiju u Švajcarskoj se baziraju na različitim merama zaštite, koje su obuhvaćene u planu pandemijske influence u Švajcarskoj.

Najdelotvornija zaštita protiv virusa pandemije je vakcinacija. Podesna vakcina će, međutim, u slučaju pandemije biti na raspolaganju tek 4 do 6 meseci posle izbivanja pandemije, jer toliko traje da se izoluje novi virus, utvrde njegova obeležja i proizvede vakcina. U međuvremenu postoji prva zaštitna mera primenom prepandemijske vakcine. Ova vakcina stimuliše imunološki sistem i osobu koja je dobila vakcinu čini otpornom na različite viruse gripa, ako su virusi gripa srodni virusu sadržanom u vakcini. Prepandemijska vakcina, kojeg je Savez kupio i uskladištio, razvijena je iz aktualnog virusa ptičjeg gripa H5N1. Ako novi pandemijski virus bude sličan virusu H5N1 – a stručnjaci danas od toga polaze – prepandemijska vakcinacija će pružiti stanovništvu prvu zaštitu. Savez će stoga stanovništvu u slučaju pandemije najpre ponuditi dozu prepandemijske vakcine, koja će se kasnije upotpuniti dozom pandemijske vakcine. Obe vakcinacije su za stanovništvo na dobrovoljnoj osnovi i besplatne.

Ostale mere zaštite

- » Redovno i temeljito pranje ruku vodom i sapunom.
- » Kada kašljete ili kišete pokrijte usta i nos papirnatom džepnom maramicom. Nakon upotrebe maramicu bacite u kofu za otpatke. Odmah posle operite ruke sapunom.
- » Kod poslovnih razgovora držate odstojanje od sagovornika najmanje jedan metar.
- » Izbegavajte kod pozdravljanja i na rastanku rukovanje, grljenje i celivanje.
- » Nosite higijenske maske u situacijama koje preporučuju organi vlasti.
- » Izbegavajte velika okupljanja ljudi.
- » Prostorije često i dobro provetrite.

Ostali izvori informacija

www.pandemia.ch
www.bag.admin.ch/pandemie
www.who.org

Ostale informacije naći ćete na:

www.bag.admin.ch

zvaničnim internet stranicama Saveznog ureda za zdravstvo (BAG).

www.bvet.admin.ch

zvaničnim internet stranicama Saveznog ureda za veterinarstvo (BVET).

www.grippe.admin.ch

zvaničnim internet stranicama BAG-a (Saveznog ureda za zdravstvo) vezano uz teme sezonskog gripa, ptičjeg gripa i pandemijskog gripa. Poglavitno informacije namenjene stručnjacima.

www.grippe.ch

Saradnja zdravstvenih institucija iz Romandije, različitih grupa profesija u zdravstvu i sveučilišnih institucija. Ova web stranica sadržava informacije o uzrocima gripa, njegovoj prevenciji i lečenju. Namenjena je za javnost kao i za stručna lica.

www.influenza.ch

web stranica Nacionalnog centra za vakcine u Ženevi u saradnji s BAG-om (Saveznim uredom za zdravstvo) i „Sentinella” – lekarima. Veliki broj informacija o gripu, virusima gripa, vakcinaciji i kontroli gripa u Švajcarskoj.

www.oie.int

zvanična internet stranica Svetske organizacije za zdravlje životinja (OIT).

www.pandemia.ch

internet stranica BAG-a (Saveznog ureda za zdravstvo) s informacijama o uzrocima pandemije, njezinom nastajanju i toku te o preporučenim merama prevencije i zaštite.



Za pitanja lične prirode obratite se svom lekaru, apotekaru ili nazovite u radno vreme non-stop službu („hotline”) Saveznog ureda za zdravstvo: Telefon ++41 (0)31 322 21 00 (savetovanje je besplatno, cena međugradskog poziva u Švajcarskoj).

Najvažnije higijenske mere

Provođenjem jednostavnih higijenskih mera možete sebe i druge zaštititi od infekcija:



Perite ruke redovno i temeljito vodom i sapunom (svakako pre jela)



Kada kašljete ili kišete pokrijte usta i nos papirnatom džepnom maramicom. Ako nemate maramicu: stavite ruku na usta i nos i odmah posle operite ruke vodom i sapunom ili podlakticom zašтите nos i usta.



Papirnatu maramicu posle upotrebe bacite u kofu za otpatke i potom operite ruke.



Izbegavajte rukovanje kod pozdravljanja i budite na odstojanju od druge osobe najmanje 1 m.: Ostanite kod kuće ako imate sledeće simptome:

- » iznenadna temperature preko 38°C
- » groznica, glavobolja, bolovi u mišićima i zglobovima
- » Kijavica, suvi kašalj i grlobolja
- » Osjećaj vrtoglavice, povremeno teškoće s disanjem
- » Kod djece mogu nastupiti i bolovi u trbuhu, proljev ili povraćanje



U vreme pandemije organi vlasti preporučuju u izvesnim situacijama nošenje higijenske maske. Te situacije se točno mogu definisati nakon pojave pandemijskog virusa. Stanovništvu se preporučuje da stvori zalihu od 50 higijenskih maski (hirurške maske) po osobi da bi izbegli moguća uska grla u snabdevanju.

Impresum

© Savezni ured za zdravstvo BAG
Izdavač: Savezni ured za zdravstvo
Objavljeno: septembar 2008.

Ova publikacija je također izdana na francuskom i talijanskom jeziku

Dodatni primerci ove brošure mogu se besplatno naručiti kod:

BBL, Verkauf Bundespublikationen (Prodaja publikacija Saveza), 3003 Bern

Fax: +41 (0) 31 325 50 58

E-Mail: verkauf.zivil@bbl.admin.ch

BBL-broj artikla 311.299.d

BAG-broj publikacije: 200'000 d 75'000 f 20'000 i
10EXT0805

Štampano na papiru koji je proizveden bez korištenja hlora.