

Očkovanie proti chrípke zachraňuje životy

Počas minulej sezóny na Slovensku kvôli zápalom horných dýchacích ciest navštívilo lekára viac než 1,7 milióna pacientov. Nie každé toto ochorenie spôsobí chrípkový vírus, avšak počet úmrtí, ktoré má na svedomí chrípka a jej komplikácie, sa odhaduje na 1 500. Ide hlavne o ľudí dlhodobo chorých a starších.

Pán docent, chrípka patrí medzi ochorení, o ktorých sa veľa hovorí a napriek tomu ho podceňujeme. Prečo je taká nebezpečná a prečo neveríme, že nebezpečná je?

Vírusy chrípky sú unikátne tým, že sú nemiernie premenlivé. Aj mierne zmenený vírus spôsobuje každoročne menšie či väčšie epidémie. Chrípka sa začína najčastejšie náhle, z plného zdravia. Typické príznaky sú bolesť hlavy, zimnica, triaška, teplota 39 °C a viac, celková slabosť, bolesť svalov a kĺbov. Okrem uvedených príznakov sa môžu prejaviť závraty, bolesť hrudníka, zachrípnutie, zápal spojiviek, nechutenstvo, menej často vracanie a hnačky. Tieto príznaky trvajú 2 – 7 dní, k úplnému uzdraveniu obvykle dôjde do dvoch týždňov, pocit únavy však pretrváva mesiac i dlhšie.

Medzi rizikové skupiny obyvateľov patria starší ľudia a chronicky chorí. Prečo je pre nich chrípka život ohrozujúce ochorenie?

Najviac ohrozenou skupinou ľudí trpiacich na chrípku sú pacienti s respiračnými ochoreniami, srdcovocievny a obličkovými ochoreniami, cukrovkou alebo oslabeným imunitným systémom (onkologickí pacienti, pacienti po transplantácii). K rizikovým skupinám obyvateľstva patria tiež ľudia vo veku nad 59 rokov

a malé deti, ako aj obyvatelia domovov dôchodcov, ústavov sociálnej starostlivosti, liečební pre dlhodobo chorých a geriatrických centier. Pre tieto skupiny je v prvom rade indikované očkovanie.

Ako sa dá na chrípku pripraviť?

Nešpecifické preventívne opatrenia spočívajú najmä vo zvyšovaní odolnosti organizmu prísunom vitamínov, cvičením, otužovaním a životosprávou. V chladnom období je dôležité vhodné obliekanie, ktoré má zabrániť podchladeniu. Keďže sa chrípka prenáša vzduchom, dôležité je časté účinné vetranie miestností najmä v priestoroch, kde sa zdržiava viac ľudí.

Teda ak budem vetrať a jesť dosť vitamínov, tak sa chrípky nemusím báť?

Nie, zdravý životný štýl a hygiena prostredia nám pomáhajú, ale stále sú to len preventívne opatrenia. Jedinou dokázateľne účinnou prevenciou chrípky je očkovanie. Tu je však dôležité povedať, že žiadne očkovanie nie je účinné u 100% očkovaných osôb. Súčasná vakcína používaná na Slovensku majú účinnosť od 80 až 90%. Svetová zdravotnícka organizácia odporúča očkovať tehotné ženy, zdravotníckych pracovníkov, deti vo veku od 6 mesiacov do 5 rokov, starších ľudí a vysoko rizikové skupiny chronických pacientov.

doc. MUDr. Vladimír Oleár, CSc.

vyštudoval Lekársku fakultu hygienickú na Univerzite Karlovej v Prahe. Venuje sa verejnému zdravotníctvu, imunizácii, epidemiológii a vakcinológii. Prednášal na domácich aj zahraničných kongresoch, je autorom a spoluautorom vyše 120 odborných publikácií. V súčasnosti prednáša na Katedre epidemiológie Slovenskej zdravotníckej univerzity.

Prečo je dobré, ak sa ľudia, ktorí sa na príklad často kontaktujú s chronicky chorými, očkujú? Vytvárajú tak tým nejakú bariéru?

Dôvodom, prečo sa odporúča i očkovanie blízkych kontaktov je práve zníženie rizika infekcie od osôb žijúcich s chorým v jednej rodine alebo kolektíve. Jednoznačne sa odporúča očkovanie rodinných príslušníkov nielen pri chronicky chorých, onkologických pacientoch, ale i tehotných žien. Očkovanie rodinných príslušníkov má význam najmä v rodinách s malými deťmi alebo staršími osobami.

Môže ma vakcína nakaziť? Hovorí sa, že očkovaní mali po očkovaní príznaky chrípky.

Na Slovensku sú registrované len tzv. neživé, inaktívované vakcíny proti chrípke. To znamená, že v očkovacej látke sa nenachádzajú vírusy chrípky, ale len časti vírusu, ktoré vyvolávajú ochranný efekt a tvorbu protichrípkových protilátok. Podanie vakcíny môže vyvolať u niektorých osôb silnú imunitnú reakciu, ktorú môže sprevádzať vyššia teplota, bolesti svalov, únava, triaška – teda príznaky, ktoré môžu vyvolať dojem že ide o chrípku. Všetky tieto príznaky po očkovaní však odznejú do 24 hodín.

OČKUJEME SA PROTI CHRÍPKE

Chránime tak seba aj svoju rodinu.

- očkovanie hradí zdravotná poisťovňa
- Svetová zdravotnícka organizácia odporúča očkovať starších a chronicky chorých ľudí
- očkovaním seba znižujeme riziko prenosu ochorenia na našich blízkych

