

Gripa u Kantonu Sarajevo - sezona 2018/2019. godina

Gripa je jedan od najznačajnijih uzroka morbiditeta i mortaliteta od zaraznih bolesti. Svake godine, oko deset posto evropske populacije se zarazi virusom gripe, a komplikacije od ove bolesti uzrokuju stotine hiljada hospitalizacija širom Europe. Najviše su ugroženi stariji ljudi, mlađa djeca i osobe s hroničnim oboljenjima koji su u najvećem riziku od ozbiljnih komplikacija koje uključuju upale pluća, miokarditis (upalu srčanog mišića) i encefalitis (upalu mozga), koje mogu dovesti do smrti.

Virus se lako i uobičajeno prenosi sa osobe na osobu putem kapljica, kašljanjem ili kihanjem. Put prijenosa je i indirektni, preko ruku i predmeta kontaminiranih virusom gripe. Zbog visoke zaraznosti i brzog širenja, gripa se često pojavljuje u epidemijama (zahvata mnogo ljudi određenog područja), a ponekad i u pandemijama (širenje gripe po cijelom svijetu).

Simptomi

Simptomi bolesti variraju od blagih do teških oblika bolesti. Simptomi: povišena temperatura, groznica, glavobolja, bol u mišićima, grlobolja i kašalj. Inkubacija traje kratko, nekada i manje od 24 sata. Bolesnik je zarazan dan prije pojave simptoma i 5-7 dana nakon pojave simptoma. Kod nekih ljudi, posebno djece i osoba s oslabljenim imunološkim sistemom zaraznost traje i duže. Većina zaraženih ljudi se oporavi u roku od jedne do dvije sedmice bez liječenja.

U sjevernoj hemisferi, zima je vrijeme za gripu, ali tačno vrijeme i trajanje sezone gripe varira. Nekada započne u oktobru, nekada kasnije, ali najveća aktivnost se registrira u periodu decembar - februar, a može trajati i do maja mjeseca.

U prethodnoj sezoni 2017/18. godine, obolijevanje od gripe je registrirano već sredinom novembra 2017. godine kada je izoliran prvi virus gripe B. Virus gripe grupe B je preovladavao i u decembru 2017. godine te u januaru 2018. godine, a u zadnjoj sedmici januara je izoliran i virus gripe AH1. Nakon toga u februaru i martu 2018. godine se registriraju uglavnom AH1 slučajevi gripe da bi se u zadnjoj sedmici marta izolirao virus gripe AH3. Takva situacija je zabilježena i u Evropi kao i u BiH.

Najveći broj registriranih oboljelih od bolesti slične gripi bio je u januaru, februaru i martu 2018. godini te prvoj polovini aprila.

Ove godine, u sezoni gripe 2018/2019. godine u Kantonu Sarajevo, u 47. sedmici je registrirana prva aktivnost virusa gripe i to u okviru SARI Sentinel nadzora u UKCS.

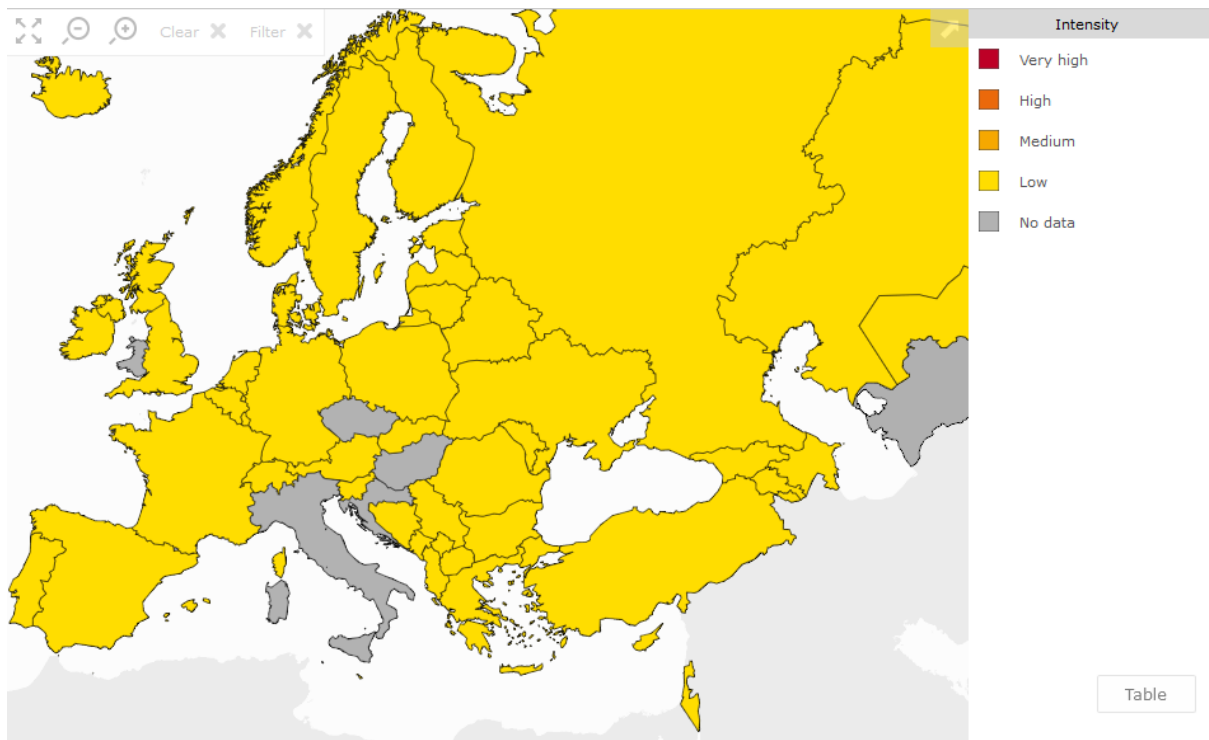
U okviru ILI Sentinel nadzora na sentinel mjestu u JU Dom zdravlja Novi Grad u 50. sedmici 2018. godine u brisu uzetom 10.12.2018. godine izoliran je, kod djeteta školskog uzrasta, virus gripe A (H3), tj. isti virus kao i na UKCS u 47. sedmici, tj. virus koji je komponenta ovogodišnje četvorovalentne vakcine protiv gripe.

Širenje gripe u Evropi, inače pokazuje sezonsku šemu, sa pikom aktivnosti za vrijeme zimskih mjeseci. Dosad u ovoj sezoni 2018/2019, influenza virusi su bili detektirani sporadično u uzorcima osoba sa respiratornom bolešću koje su se javile ljekarima. Detektirani su influenza virusi oba tipa, tj. tip A i tip B (podaci su ažurirani sa 14. decembrom 2018. godine).

Zaključno sa 49. sedmicom između 3. i 9. decembra 2018. godine, influenza aktivnost je ostala na osnovnoj ili niskoj liniji širom SZO Evropske regije.

(Izvor podataka: ecdc.europa.eu.)

Od 40. sedmice se prati aktivnost gripe i ista je bila niska u Evropi (slika 1).



Slika 1. Aktivnost gripe u Evropi

Preuzeto sa web-stranice ZZJZFBiH: <http://www.zzjzfbih.ba/wp-content/uploads/2018/10/Tjedni-izvje%C5%A1taj-za-43-tjedan-2018.pdf>

Aktivnost gripe u Evropi je na niskom nivou u većini zemalja koje prijavljuju gripu Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji i Evropskom centru za zarazne bolesti, dok za manji broj zemalja nema podataka.

U 40. sedmici se počinje sa registriranjem slučajeva bolesti sličnih gripi (ILI- influenza like illness) kao i akutnih respiratornih bolesti (ARI), te teških respiratornih infekcija (SARI).

U Biltenu na web-stranici J.U. Zavod za javno zdravstvo možete naći podatke o ukupnom broju registriranih ILI, ARI i SARI slučajeva u Kantonu Sarajevo. U 41. sedmici već imamo 117 oboljelih od ILI, u 42. sedmici 375 oboljelih od ILI-a, u 43. sedmici 493 oboljela od oboljenja sličnih gripi. U 44. sedmici registrirano je 274 slučajeva ILI, u 45. sedmici 259 prijavljenih, u 46. sedmici 357, u 47. sedmici 337 oboljelih, te u 48. sedmici se bilježi najveći broj i to 431 prijavljen slučaj od bolesti sličnih gripi.

Registriran je nešto veći broj oboljelih od akutnih respiratornih infekcija (viroze, upale grla, bronhitis). Podaci su dostupni u sedmičnom Biltenu o kretanju zaranih bolesti.

U prvih 10 sedmica ILI/ARI nadzora nad gripom u FBiH nije bio izoliran virus gripe kod pacijenata koji su testirani, ali se u 11. sedmici nadzora detektira prvi slučaj i to virus gripe A (H3) koji je u UKCS u SARI nadzoru detektiran u 47. sedmici.

Oboljevaju svi, najčešće djeca školske dobi, a u porastu je broj oboljelih i u drugim dobnim skupinama, osim dobne skupine starijih od 65 godina gdje se registira najmanji broj oboljelih.

Gripa uzrokuje znatan broj oboljelih i smrtnih slučajeva u svijetu. U Federaciji BiH gripa zauzima prvo mjesto na listi vodećih zaraznih oboljenja. Svakako da nema mjesta za strah i paniku. Ono što treba poduzeti su preventivne mjere zaštite, vakcinacija na prvom mjestu, a svakako i mjere opće i lične higijene.

Liječenje gripe

Ljekaru treba otići ako temperatura traje duže od četiri-pet dana, ako postoji poremećaj disanja (teško disanje, ubrzano disanje, jak kašalj, bol u prsima) ili se javi vrtoglavica, povraćanje i proliv, te pojavi povišena temperatura ponovo nakon poboljšanja stanja. U FBiH ljekaru se javljaju i pacijenti u prva tri dana bolesti, zbog bolovanja i nemogućnosti da se bolovanje otvori telefonskim pozivom porodičnog ljekara.

Antibiotici nisu učinkoviti jer je gripa virusna bolest. Antivirusne lijekove treba koristiti samo po preporuci ljekara.

Preporučuju se topli, bezalkoholni napici kako bi se nadoknadila tečnost, kapi za nos (ukoliko je zapašen), sredstva za snižavanje temperature, tuširanje mlakom vodom. Pastile za grlo ublažavaju simptome bolesti.

Prevenција

Nekoliko jednostavnih stvari o kojima svakodnevno treba voditi računa kako bi se smanjio rizik od gripe:

- Izbjegavajte gužve, skupove i zatvorene prostore,
- Brišite maramicom nos i usta kad kašljete ili kišete,
- Nakon korištenja maramicu bacite u smeće,
- Često perite ruke sapunom i vodom jer to smanjuje rizik,
- Ako sapun i voda nisu dostupni, koristite sredstva na bazi alkohola,
- Izbjegavajte dodirivati oči, nos i usta jer rukom sa zagađene površine možete prenijeti virus u oči, usta ili nos,
- Izbjegavajte bliski kontakt sa bolesnim ljudima, budite udaljeni od bolesnika barem jedan metar,
- Ne posjećujte bolesnike ako nije nužno,
- Ako ste bolesni, ostanite kod kuće i ograničite kontakt sa drugim osobama,
- Održavajte higijenu okoline: čišćenje, provjetravanje prostorija, dezinfekcija površina.

Vakcinacija

Vakcinacija je jedina i najučinkovitija mjera prevencije gripe i njenih komplikacija. Vakcinacijom protiv gripe stiče se solidna zaštita od obolijevanja i mogućih, pa i fatalnih komplikacija.

Zbog promjena koje se stalno dešavaju kod virusa gripe, sastav vakcine se svake godine mijenja, za svaku hemisferu ponaosob.

Idealno vrijeme za vakcinaciju protiv gripe je u oktobru, odnosno u ranu jesen, prije širenja virusa gripe, budući da su potrebne dvije sedmice da se zaštitna antitijela razviju u tijelu. Međutim, vakcinacija se može provoditi i kasnije, sve dok virus gripe cirkulira.

Vakcinacija se preporučuje:

- Osobama starijim od 65 godina života,
- Osobama oboljelim od hroničnih bolesti kod kojih gripa može izazvati ozbiljne komplikacije (hronični kardiovaskularni, plućni, bubrežni bolesnici, dijabetičari, transplantirane osobe, osobe sa patološkom pretilošću, osobe sa oslabljenim imunitetom, osobe na dugotrajnoj aspirirskoj terapiji i dr.),
- Zdravstvenim radnicima i ostalim koji sudjeluju u njezi bolesnika,
- Svima koji žele da smanje rizik od bolesti.

Osobe koje ne mogu dobiti vakcinu protiv gripe:

- Djeca mlađa od 6 mjeseci,
- Osobe s teškim, po život opasnim alergijama na vakcinu protiv gripe ili bilo koji sastojak u vakcini (želatin, antibiotici ili drugi sastojci),
- Potreban je oprez kod ljudi koji su alergični na jaja, i onih koji su imali Guillain-Barre sindrom,
- Osobe koje se trenutno ne osjećaju dobro.