

## **Grypa, grypa ptasia i pandemia grypy** **Ważne informacje dla Ciebie i Twojej rodziny**

Opracowali m.in. na podstawie zaleceń National Health Service (Wielka Brytania), Centers for Disease Control and Prevention oraz WHO:  
mgr Magdalena Machała, Krajowy Ośrodek ds Grypy, Państwowy Zakład Higieny  
dr Paweł Grzesiowski, Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego

Eksperti Światowej Organizacji Zdrowia ostrzegają przed wystąpieniem pandemii grypy. Poniżej znajdują się informacje na temat "zwykłej" grypy, ptasiej grypy, pandemii grypy oraz przygotowań do przeciwdziałania ewentualnej pandemii grypy w Polsce.

### **1. Jaka jest różnica między grypą, grypą ptasią a grypą pandemiczną?**

	<b>Grypa "zwykła"</b>	<b>Grypa ptasia</b>	Grypa pandemiczna
Przyczyna choroby	Wirusy grypy typu A (np. H1N1, H3N2) lub B	wirusy grypy typu A (np. H5N1, H7N7, H9N2)	Nowy podtyp wirusa grypy, który uzyska zdolność łatwego przenoszenia się z człowieka na człowieka.
Występowanie zachorowań	Zachorowania występują sezonowo w okresie jesienno-zimowo-wiosennym	zachorowania u ptactwa mogą występować niezależnie od pory roku	Pandemie powtarzają się co kilkanaście lub kilkadziesiąt lat, mogą wystąpić o dowolnej porze roku.
Kto choruje	Mogą chorować wszyscy ludzie, jednak istnieją grupy osób, które ze względu na stan zdrowia są bardziej zagrożone zachorowaniem i powikłaniami (np. dzieci do 2 lat, osoby przewlekle chore, osoby w podeszłym wieku)	chorują ptaki, sporadycznie zakażają się ludzie poprzez kontakt z chorym ptactwem	Narażeni na zachorowanie są potencjalnie wszyscy. W czasie minionych pandemii grypy zachorowania objęły 20%-30% populacji świata.
Możliwości zapobiegania	Szczepionki są dostępne, konieczne jest coroczne powtarzanie szczepień w celu zmniejszenia ryzyka zachorowania i wystąpienia powikłań.	Nie istnieje szczepionka dla ludzi. W niektórych krajach dostępna jest szczepionka dla drobiu.	Nie istnieje szczepionka przeciwpaniczna. Jej produkcja będzie mogła się rozpocząć dopiero po scharakteryzowaniu wirusa, który wywołał pandemię.

Możliwości leczenia	Dostępne są leki przeciwwirusowe, które mogą skrócić i złagodzić przebieg choroby.	Leki przeciwwirusowe nowej generacji mogą być skuteczne wobec wirusa grypy ptasiej u ludzi, jednak dane na ten temat są ograniczone.	Nie wiadomo czy obecnie dostępne leki przeciwwirusowe będą skuteczne przeciw wirusowi pandemicznemu.
---------------------	--	--	--

## 2. Jakie są typowe objawy grypy "zwykłej"?

Najbardziej charakterystyczny dla "zwykłej" grypy jest nagły początek z wysoką gorączką, bólami mięśni oraz osłabieniem. Jednak oza grypą istnieje wiele innych wirusów, które wywołują podobne objawy, dlatego żaden lekarz nie jest w stanie stwierdzić, że przyczyną zachorowania jest wirus grypy. Z tego powodu wskazane są laboratoryjne badania diagnostyczne, szczególnie u zagrożonych wystąpieniem powikłań pogrypowych

## 3. Diagnostyka laboratoryjna grypy

Podstawowe badania diagnostyczne w kierunku grypy to:

- badanie immunofluorescencyjne (wynik możliwy do uzyskania już w ciągu 2h)
- badanie metodą biologii molekularnej RT-PCR (wynik w ciągu 2 dni, a w szczególnych przypadkach w ciągu 18h)
- izolacja wirusa grypy
- badanie serologiczne

Badanie te można wykonać w Krajowym Ośrodku ds. Grypy, PZH

( <http://www.pzh.gov.pl>) oraz w większości Wojewódzkich Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych.

## 4. Kto powinien się zaszczepić przeciwko "zwykłej" grypie?

Każdy, kto chce **zmniejszyć możliwość** zachorowania na „zwykłą” grypę i **wystąpienia** powikłań pogrypowych. **Szczepienie przeciwko „zwykłej” grypie powinno być ponawiane co sezon.** Zalecenie szczepień dotyczy szczególnie osób z grup podwyższonego ryzyka, tj. takich, które w większym stopniu niż inne są narażone na wystąpienie poważnych powikłań pogrypowych (**Szczegółowe informacje na stronie internetowej <http://www.pzh.gov.pl> lub u lekarza rodzinnego).**

### **5. Dlaczego brakuje na rynku sezonowych szczepionek przeciwko „zwykłej” grypie?**

W sezonie 2005/2006 dostawy szczepionek są na podobnym poziomie jak w latach ubiegłych, jednak w związku z informacjami w mediach o ptasiej grypie i możliwym wystąpieniu pandemii grypy, zainteresowanie sezonowymi szczepieniami znacznie przekroczyło możliwości dostaw, mimo że szczepionka przeciw "zwykłej" grypie nie chroni przed grypą ptasią ani pandemiczną.

Minister Zdrowia na wniosek importerów zezwolił na wprowadzenie do obrotu dodatkowych 350 tysięcy dawek szczepionki w opakowaniach z napisami obcojęzycznymi, które pojawią się na rynku w październiku i listopadzie br. Oznacza to, że łącznie dostawy szczepionek przeciwgrypowych w 2005r. wyniosą o ok. 12% więcej niż w roku ubiegłym.

### **6. Czy ogólnie dostępne preparaty bez recepty są skuteczne przeciw "zwykłej" grypie?**

Leki te mają jedynie działanie objawowe, nie zapobiegają zachorowaniu na grypę ani jej powikłaniom.

### **7. Czym jest ptasia grypa?**

Ptasia grypa jest chorobą zakaźną zwierząt wywoływaną przez wirusy, którymi z reguły zarażają się ptaki, rzadziej świnie. W przypadku ptactwa domowego zarażenie wirusem ptasiej grypy wywołuje dwie główne postaci choroby, charakteryzujące się niską albo wysoką zjadliwością. Tzw. „postać niskopatogenna” wywołuje zazwyczaj jedynie łagodne objawy (nastroszenie piór, spadek liczby znoszonych jaj) i może łatwo pozostać nierozpoznana. Postać wysokopatogenna choroby jest znacznie gwałtowniejsza w przebiegu i bardzo szybko rozprzestrzenia się w stadzie powodując ich śmierć.

### **8. Czy ptaki wędrowne roznoszą wysokopatogenne wirusy ptasiej grypy?**

Dzikie ptactwo wodne uważane jest za naturalne środowisko wszystkich wirusów grypy typu A. Ostatnie wydarzenia uprawniają do tezy, że obecnie niektóre ptaki wędrowne bezpośrednio rozprzestrzeniają wysokopatogenną postać wirusa grypy ptasiej wśród ptactwa domowego.

### **9. Jakie są konsekwencje grypy ptasiej dla zdrowia ludzkiego?**

Zakażenie wywołane wirusem grypy ptasiej ma u ludzi zwykle agresywny przebieg i charakteryzuje się szybkim pogorszeniem stanu zdrowia oraz wysoką śmiertelnością. W przypadku obecnej epidemii w Azji zmarła połowa chorych zarażonych tym wirusem. Innym niepokojącym zjawiskiem jest możliwość przekształcenia się wirusa w postać wysokozakaźną dla ludzi, a następnie rozpowszechnienie jej z człowieka na człowieka. Takie przekształcenie się mogłoby oznaczać początek pandemii grypy.

### **10. W jaki sposób zarażają się ludzie?**

Za główny sposób zarażenia uważany jest bezpośredni kontakt z chorymi ptakami lub skażonymi odchodami przedmiotami. Najwięcej przypadków zarażenia ludzi odnotowano na obszarach wiejskich, gdzie drób wędruje swobodnie, pojawiając się w miejscach, w których przebywają ludzie.

### **11. Czy wirus łatwo przechodzi z ptactwa na ludzi?**

Nie, mimo, iż stwierdzono około 120 przypadków zachorowań u ludzi, liczba ta jednak jest niska w porównaniu z wielką liczbą zarażonych ptaków i możliwymi drogami zarażenia się wirusem, szczególnie na terenach, gdzie powszechnie hoduje się drób na podwórkach. Obecnie trudno jest stwierdzić, dlaczego w podobnych warunkach tylko niektórzy ludzie ulegają zarażeniu.

### **12. Zalecenia dla osób wyjeżdżających w tereny na których występuje ptasia grypa**

Nie później niż 14 dni przed planowanym wyjazdem, należy zaszczepić się przeciw grypie "zwykłej", jednak nie zapewni to ochrony przed grypą ptasią. Wskazane jest posiadanie termometru oraz alkoholowego środka dezynfekcyjnego do rąk. Podczas pobytu w regionie zagrożonym, należy zachować ostrożność, stosować się do lokalnych procedur, a w szczególności unikać kontaktu z miejscami hodowli i handlu drobiem, z chorym lub martwym ptactwem oraz powierzchniami zanieczyszczonymi ptasimi odchodami. Mięso i produkty drobiowe należy spożywać wyłącznie po ugotowaniu, ponieważ wirus ginie w wysokiej temperaturze. W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub innych objawów ze strony układu oddechowego należy niezwłocznie zgłosić się do lekarza. Po powrocie do kraju należy monitorować stan zdrowia przez okres 10 dni, a w przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub innych objawów ze strony układu oddechowego należy niezwłocznie zgłosić się do lekarza.

### **13. Co to jest pandemia grypy ?**

Pandemia grypy jest to epidemia grypy szybko rozprzestrzeniająca się w wielu krajach na wielu kontynentach, która charakteryzuje się wysoką zachorowalnością i śmiertelnością. Charakterystyczną cechą pandemii jest występowanie zachorowań w 2-3 falach oddzielonych od siebie kilkumiesięcznymi przerwami.

### **14. Jakie warunki muszą zostać spełnione, aby doszło do wybuchu pandemii ?**

Pandemia może wybuchnąć w przypadku spełnienia trzech warunków: pojawienie się nowego podtypu wirusa; wirus ten zarażałby ludzi wywołując poważną chorobę oraz wirus ten bez przeszkód rozprzestrzeniałby się wśród ludzi.

### **15. Jak jest obecnie ryzyko pandemii?**

Ryzyko wystąpienia pandemii grypy istnieje, ale jak na razie jest niskie. Wirus ptasiej grypy (H5N1) spełnia dwa z trzech warunków koniecznych do wystąpienia pandemii: jest on nowym wirusem dla ludzi, może zarażać ludzi, a przebieg choroby jest ciężki. Nie potwierdzono dotychczas transmisji wirusa z człowieka na człowieka. Światowa Organizacja Zdrowia oraz odpowiednie służby w Polsce analizują na bieżąco

wszystkie napływające informacje o aktywności wirusów grypy, zwracając szczególną uwagę na zdarzenia, które mogłyby stanowić pierwsze oznaki wystąpienia pandemii.

#### **16. Jakie były pandemie grypy w ubiegłym stuleciu?**

„Hiszpanka”

Lata 1918-1919

Szacuje się, że na hiszpankę zmarło na świecie 50 milionów ludzi z czego najwięcej wśród zdrowych młodych osób w wieku 25-40 lat.

„Grypa azjatycka”

Lata 1957-1958

Szacunkowa liczba zgonów: milion osób na świecie z czego najwięcej wśród dzieci i ludzi starszych.

„Grypa Hong-Kong”

Lata 1968-1969

Szacunkowa liczba zgonów: 700.000 osób na świecie z czego najwięcej wśród osób w podeszłym wieku oraz osób z tzw. grup ryzyka.

#### **17. Czym pandemia grypy będzie się różnić od "zwykłej" grypy?**

Jest prawdopodobne, że grypa pandemiczna będzie przyczyną dużo większej liczby zachorowań (nawet do 30% ludności świata) i zgonów niż „zwykła” grypa. Prawdopodobne jest także, że przebieg zachorowań będzie cięższy, niż „zwykłej” grypy.

#### **18. Kto jest zagrożony zachorowaniem na grypę pandemiczną ?**

Dopóki wirus nie zacznie się rozprzestrzeniać, bardzo trudno jest określić, jakie grupy będą najbardziej zagrożone.

#### **19. Czy jest dostępna szczepionka przeciwko grypie pandemicznej?**

Dostępna co sezon szczepionka przeciwko „zwykłej” grypie nie będzie chronić przed grypą pandemiczną. Cykl produkcyjny szczepionki trwa około 6 miesięcy, co będzie prawdopodobnie dotyczyło także szczepionki przeciwpanicznej. W wielu krajach zostały podjęte działania w celu jak najszybszego wyprodukowania szczepionki chroniącej przed nowym szczepem wirusa powodującego pandemię, ale nie jest prawdopodobne, że będzie ona dostępna podczas pierwszej fali zachorowań.

#### **20. Czy istnieją leki, którymi można wyleczyć grypę pandemiczną?**

Do czasu pojawienia się wirusa grypy pandemicznej nie można w pełni sprawdzić skuteczności obecnie dostępnych leków przeciwwirusowych, chociaż wykazano już ich skuteczność wobec wirusa ptasiej grypy H5N1. Wirus grypy pandemicznej może być oporny na obecnie dostępne leki przeciwwirusowe.

## 21. W jaki sposób mogę chronić siebie i swoją rodzinę przed grypą, jeżeli pandemia wystąpi w Polsce?

Ponieważ wirus rozprzestrzenia się drogą kropelkową, gdy ludzie kaszlą lub kichają, istnieją pewne podstawowe środki, które można zastosować, aby zmniejszyć ryzyko infekcji:

- dbać o higienę – mycie rąk chroni przed zarażeniem się wirusem przez kontakt ze skażonymi przedmiotami oraz przed dalszym jego przekazywaniem,
- zasłaniać usta i nos, kiedy kichasz lub kaszlesz,
- stosować maski ochronne na nos i usta,
- w miarę możliwości unikać dużych skupisk ludzkich,
- monitorować swój stan zdrowia i przy pierwszych objawach zgłosić się do lekarza.

## 22. Co pandemia grypy będzie oznaczała dla Polski?

Gdy pandemia grypy dotrze do Polski, może rozprzestrzenić się w całym kraju w ciągu kilku tygodni, co może spowodować:

- bardzo dużą liczbę zachorowań
- duże obciążenie służby zdrowia
- zakłócenia wielu aspektów codziennego życia
- wiele zgonów
- duże straty społeczno-ekonomiczne

## 23. Jakie działania podjął Rząd Polski, mające na celu przygotowanie kraju na ewentualne wystąpienie pandemii grypy?

**Minister Zdrowia powołał w marcu 2005 r.**, zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia, Krajowy Komitet ds. Pandemii Grypy Komitet **opracował** Krajowy Plan Działań dla Polski na Wypadek Wystąpienia Kolejnej Pandemii Grypy, który dnia 10 sierpnia 2005 roku został zatwierdzony przez Ministra Zdrowia. **Plan jest dostępny w internecie** pod adresem: (<http://www.gis.gov.pl/grypa/grypa.htm>).

**Rząd podjął decyzję o zgromadzeniu zapasów leku przeciwwirusowego. W tegorocznym budżecie utworzono rezerwę 300 mln złotych na ewentualne koszty związane z ptasią grypą i możliwą pandemią grypy ludzkiej. W projekcie ustawy budżetowej na rok 2006 utworzono rezerwę na ewentualny zakup szczepionki przeciw grypie pandemicznej.**

W ramach przygotowań programu w dniach 3-5 października 2005r. miała miejsce w Polsce wizytacja zespołu składającego się z przedstawicieli Europejskiego Centrum Kontroli i Prewencji Chorób (European Center for Disease Control and Prevention - ECDC), Komisji Europejskiej i Światowej Organizacji Zdrowia, który dobrze ocenił przygotowanie Polski do pandemii grypy.

## 24. W jaki sposób dowiem się, że pandemia grypy dotarła do Polski?

Zatwierdzony przez Ministra Zdrowia Krajowy Plan Działań dla Polski na Wypadek Wystąpienia Kolejnej Pandemii Grypy jest **od połowy 2005 r.** wprowadzany w życie. Zgodnie z tym planem i w zależności od aktualnej sytuacji odpowiednie służby wydadzą ostrzeżenia i informacje oraz

na bieżąco będą współpracowały z mediami w celu przedstawienia najskuteczniejszych działań, jakie obywatele mogą podjąć dla zabezpieczenia się przed gripą pandemiczną i jej skutkami.

### **25. Czy można całkowicie zapobiec pandemii?**

Najlepszym rozwiązaniem tego problemu jest wyeliminowanie obecności wirusa u ptaków, jednakże nie jest to możliwe. Z tego względu ważne jest izolowanie ptactwa domowego od dzikiego oraz ściśle monitorowanie sytuacji epidemicznej wśród zwierząt i ewentualnych zachorowań wśród ludzi. Jednocześnie rządy wszystkich krajów oraz organizacje międzynarodowe realizują wcześniej opracowane programy zapobiegania pandemii grypy.

### **Dodatkowe informacje**

Jeżeli chcesz uzyskać więcej informacji odwiedź następujące strony internetowe:

<http://www.gis.gov.pl/grypa/grypa.htm> (Główny Inspektorat Sanitarny)

<http://www.pzh.gov.pl> (Państwowy Zakład Higieny)

<http://www.wetgiw.gov.pl> (Główny Inspektorat Weterynarii)

<http://www.who.int/en/> (Światowa Organizacja Zdrowia)

<http://www.ecdc.eu.int/> (Europejskie Centrum ds. Prewencji i Kontroli Chorób)

[http://www.oie.int/eng/en\\_index.htm](http://www.oie.int/eng/en_index.htm) (Światowa Organizacja ds. Zdrowia Zwierząt)