

Chřipka

Výskyt: Je časté virové onemocnění dýchacího systému, které v zimních měsících způsobuje každoroční epidemie. Chřipka je relativně závažná infekce, která v ČR každoročně způsobí onemocnění statisíců až jednoho milionů obyvatel, a souvisí s ní v průměru téměř dva tisíce úmrtí.

Příznaky a symptomy: Chřipka se projevuje náhlým začátkem, suchým dráždivým kašlem, bolestí hlavy, bolestí v krku, bolestí kloubů a svalů, celkovou únavou, slabostí a vyčerpaností. Onemocnění trvá obvykle 4 – 7 dní u nekomplikovaných případů a spontánně končí po krátké rekonvalescenci uzdravením. U starších, oslabených nebo chronicky nemocných osob, které jsou onemocněním nejvíce ohroženy, chřipkové onemocnění se často komplikuje zánětem plic nebo zánětem srdečního svalu, které mohou ohrožovat život pacienta. U dětí může chřipkové onemocnění vyvolat zánět středního ucha nebo zánět vedlejších dutin nosních. Léčba je často komplikovaná, protože chřipka zhoršuje již dříve probíhající onemocnění srdce a cév, plic, ledvin, diabetes nebo další chronické nemoci. Osoby s těžkým průběhem chřipky lze léčit speciálními léky proti virům, antivirotiky, nikoli však antibiotiky, která jsou určena pro léčbu bakteriálních infekcí.

Inkubační doba: obvykle trvá 1 – 4 dny.

Původce: chřipkové viry typu A, B, C.

Zdroj: výhradně člověk infikovaný virem chřipky.

Přenos: K přenosu dochází nejčastěji vzduchem kapénkami, které vznikají při dýchání, mluvení, kašli, smrkání, kýchání infikovaných osob. Přenáší se i prostřednictvím kontaminovaných rukou a předmětů. Chřipkový virus má schopnost přežívat po určitou dobu mimo hostitelský organismus. Je tedy možné se nakazit prostřednictvím předmětů, které jsou potřísněny sekrety nemocného, např. telefonní sluchátka, držadla ve veřejné dopravě, hračky, použité kapesníky, nebo při podání ruky.

Období nakažlivosti, vnímavost a imunita: Období nakažlivosti je u dospělých osob v prvním až pátém dni onemocnění. U osob se sníženou obranyschopností a u dětí může být období nakažlivosti významně delší. Vnímavost je všeobecná, neboť imunita po prodělaném onemocnění je specifická na konkrétní sezónní kmen viru chřipky.

Očkování, prevence:

Nejlepší ochranou je očkování proti chřipce.

Očkování proti chřipce pomáhá snižovat počty nemocných i zemřelých v souvislosti s každoroční chřipkovou epidemií. Účinnost protichřipkové vakcíny závisí na antigenní podobnosti kmene viru ve vakcíně s aktuálně cirkulujícími viry. Při změně v antigenicitě nemusí předchozí očkování zabránit vzniku onemocnění, závažnost infekce však sníží a zmenší procento komplikací a úmrtí. Očkování vede ve všech věkových skupinách k výraznému snížení výskytu onemocnění chřipkou a ke snížení návštěv lékaře. Každoroční očkování proti chřipce je doporučeno především starším osobám (65 let a více) a osobám jakéhokoli věku (včetně dětí) s chronickým onemocněním. Vakcinace proti chřipce je také doporučována těhotným ženám v kterékoliv fázi těhotenství a ženám, které plánují těhotenství během chřipkové sezóny, a dále osobám, které zvyšují možnost nákazy rizikových skupin

uvedených v předchozí větě, tj. např. osobám, které žijí s rizikovými osobami v domácnosti. Vzhledem k poklesu hladin ochranných protilátek a průběžně probíhající změně cirkulujících kmenů je třeba každoroční přeočkování proti chřipce.

Očkování proti chřipce jako hrazená služba zdravotními pojišťovkami

Podle zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, ve znění pozdějších předpisů, je poskytováno (hrazeno) očkování proti chřipce u osob nad 65 let věku, u osob po splenektomii nebo po transplantaci krvetvorných buněk, u osob, které trpí závažným chronickým farmakologicky řešeným onemocněním srdce a cév, nebo dýchacích cest, nebo ledvin nebo diabetem a u osob umístěných ve zdravotnických zařízeních poskytovatele dlouhodobé lůžkové péče nebo v domovech pro seniory, anebo v domovech pro osoby se zdravotním postižením nebo v domovech se zvláštním režimem, dále u osob se závažnými primárními nebo sekundárními imunodeficity, které vyžadují dispenzarizaci na specializovaném pracovišti, nebo u osob po prodělané invazivní meningokokové nebo invazivní pneumokokové infekci.

Doporučené očkování

Očkování proti chřipce je doporučeno Národní imunizační komisí při Ministerstvu zdravotnictví.

Očkování proti chřipce je doporučeno těhotným ženám v kterékoliv fázi těhotenství a ženám, které plánují těhotenství během chřipkové sezóny, osobám, které pečují o osoby s akutním nebo chronickým onemocněním (rizikové osoby), zejména tedy zdravotníkům a sociálním pracovníkům, nebo které žijí s rizikovými osobami v domácnosti, nebo které jsou v kontaktu s rizikovými osobami (zaměstnanci pošt, obchodů, služeb, pracovníci ve školství, dopravě,...).

Obecně se doporučuje zaměstnavatelům, aby nabízeli možnost zvýhodněného či bezplatného očkování proti chřipce svým zaměstnancům, neboť je to pro všechny výhodné jak ze zdravotního, tak i ekonomického hlediska. Očkování zdravotníků má význam též z důvodu zajištění bezpečnosti pacientů a snížení rizika nákazy chřipkou v souvislosti s poskytováním zdravotní péče.

Nespecifická prevence

Mezi významná preventivní opatření patří zdravý životní styl (aktivní pohyb, nekouřit, otužování, saunování, dostatečný odpočinek a spánek, dostatečný přísun vitamínů apod.), hygienická opatření (časté a správné mytí rukou, pravidelné větrání místnosti, užívání jednorázových kapesníků a ručníků).