

«Вакцинация против гриппа: 20 вопросов и ответов».

По оценке Всемирной организации здравоохранения, ежегодно сезонным гриппом заболевают около 1 миллиарда человек, еще 3 млн из них, к сожалению, погибает. Именно поэтому так актуален вопрос: «Насколько вакцинация против гриппа эффективна и безопасна? Давайте попробуем разобраться.

Грипп опасен тем, что в короткий срок может быстро привести к эпидемии и даже пандемии заболевания с довольно тяжелым течением и последствиями.

Чтобы свести к минимуму заболеваемость гриппом и развитие летальных осложнений медики всех стран ежегодно призывают население вакцинироваться против гриппа. Что представляет собой вакцинация?

Вакцинация представляет собой введение антигенного материала вируса (самого вируса или его частичек) с целью вызвать иммунитет к болезни, который должен предотвратить заболевание или облегчить его течение.

1. Какие виды вакцин против гриппа существуют?

Ответ: Все вакцины, которые применяются в мире против гриппа, делятся на две группы: живые и убитые (инактивированные). Что они из себя представляют:

1. Живая вакцина-основана на том, что содержит в своем составе живой, но ослабленный штамм вируса гриппа.

2. Инактивированная (убитая) вакцина-содержит в своем составе убитый целый вирус гриппа или его отдельные частички (антигены).

Все вышеперечисленные вакцины призваны на создание надежного иммунитета к вирусу гриппа и, тем самым, снижают риск развития заболевания и его осложнений.

В странах СНГ противогриппозные вакцины представлены следующими видами:

-живая вакцина: аллантоисная гриппозная живая вакцина-ЖГВ (Россия);

-инактивированная цельновирионная: Грипповак (Россия);

-инактивированная гриппозная вакцина-ИГВ (Россия);

-инактивированная субъединичная: Гриппол (Россия);

-Гриппол-нео (Россия);

-Инфлювак (Нидерланды);

-сплит-вакцина: Ваксигрип (Франция);

-Флюарикс (Бельгия);

-Флюоваксин (Китай).

Необходимо отметить, что при введении живых вакцин риск развития аллергических реакций выше, чем у инактивированных. Также нужно знать, что состав вакцин ежегодно меняется в зависимости от

рекомендаций ВОЗ, поскольку к нам могут прийти в новый сезон иные штаммы вируса гриппа, нежели в прошедшем году.

2. Как узнают, какой штамм вируса к нам придет в новом сезоне?

Ответ: Мировые лаборатории строго отслеживают вирус гриппа, делают соответствующие анализы и после этого ВОЗ примерно к апрелю-маю текущего года дает рекомендации по вариантам вируса гриппа, которые необходимо включить в вакцины.

Причем названия вакцин при этом не изменяется, меняется просто их состав. За последние 20 лет рекомендации ВОЗ совпали на 90%.

3. Какая вакцина лучше: тривалентная или квадριвалентная?

Ответ: Для того, чтобы понять, какая из них лучше, необходимо знать, что они из себя представляют. Итак, как уже говорилось, каждый год состав вакцин меняется в соответствии с рекомендациями ВОЗ, поскольку каждый год циркулируют разные варианты вируса гриппа. При этом учитываются те варианты вируса, большинство из которых в прошлом году отвечали за заболеваемость гриппом.

Вакцины могут быть тривалентные и квадριвалентные, которые отличаются своим составом:

-тривалентные вакцины содержат в себе антигены от 2-х вариантов вируса гриппа А (А/Н1N1 и А/Н3N2) и 1 вариант вируса гриппа В, защищая от трех штаммов вируса;

-квадριвалентные вакцины содержат такие же антигены, как и тривалентные, плюс к этому дополнительно еще 1 вариант вируса гриппа В, таким образом в ней содержится 2 варианта вируса гриппа А и 2 варианта вируса гриппа В, защищая от четырех штаммов вируса.

4. Как вводятся вакцины?

Ответ: Существует несколько путей введения противогриппозных вакцин:

-живые вакцины вводятся интраназально, путем распыления в нос как назальным спреем;

-инактивированные вакцины-вводятся внутримышечно в плечо или подкожно в подлопаточную область, причем первый вариант отличается лучшей всасываемостью и большей эффективностью, поэтому является предпочтительным.

5. Как долго держится иммунитет после вакцинации?

Ответ: После введения противогриппозной вакцины иммунитет формируется в течение 14-20 дней и держится на протяжении 9-12 месяцев. По прошествии этого срока рекомендуется вакцинироваться повторно, поскольку к этому времени вакцина разрушается или значительно ослабевает, к тому же приходит новый штамм вируса гриппа.

6. Когда лучше всего вакцинироваться?

Ответ: Вакцинация против гриппа делается каждый год перед началом нового сезона гриппа. Это связано с тем, что для надежной защиты должен сформироваться иммунитет, а на это нужно время и не известно, когда грянет всплеск заболеваемости. Поэтому рекомендуется вакцинироваться заранее.

7. Кому рекомендуют вакцинироваться в первую очередь?

Ответ: В первую очередь пройти вакцинацию советуют людям из группы риска, к которой относятся:

- люди старше 60 лет;
- дети старше 2-х лет;
- дети и взрослые люди, страдающие хроническими заболеваниями дыхательных путей, сердечно-сосудистой системы, печеночной или почечной недостаточностью, сахарным диабетом и другими эндокринными заболеваниями, хронической патологией нервной системы;
- люди с врожденным или приобретенным иммунодефицитом, ВИЧ-инфекция;
- люди, принимающие препараты, направленные на подавление иммунитета (например, при проведении химиотерапии, после трансплантации органов и прочее);
- люди в силу особенностей их профессии: медицинский персонал, преподаватели, воспитатели дошкольных учреждений, продавцы и другие лица, чья работа связана с общением с людьми.

8. Кому противопоказана вакцинация против гриппа?

Ответ: Как и для обычных препаратов, у прививки от гриппа тоже есть противопоказания, к которым относятся:

- острая фаза какого-либо заболевания с повышением температуры тела выше 38,5С;
- обострение хронического заболевания;
- аллергические реакции на куриное яйцо в виде анафилактического шока, отека Квинке, крапивницы и прочее, поскольку в состав вакцины входит яичный белок.

9. От чего зависит эффективность противогриппозной вакцины?

Ответ: Никакая вакцина не обеспечит Вам 100% защиту от заболевания, и это факт, который нужно учитывать.

Эффективность противогриппозной вакцины зависит от различных факторов: возраст и состояние здоровья пациента, индивидуальные особенности организма и прочее, состав вакцины ежегодно меняется, и если штаммы вируса, входящие в состав вакцины, не совпали с

пришедшим вирусом в новом сезоне, то эффективность вакцины снижается.

Как правило, благодаря постоянному мониторингу, в 90% случаев состав вакцины совпадает с пришедшим штаммов вируса гриппа.

10. Как проявляется реакция на вакцину?

Ответ: Прививка против гриппа, в принципе, переносится достаточно хорошо. Но, как и для всех препаратов, на нее могут тоже случиться ряд реакций, в том числе и аллергических.

Реакции в ответ на введение инактивированной вакцины могут быть:

-местные: В месте укола появляется покраснение, припухлость и болезненность. Из 100 привитых такое может встретиться у 2-8 человек.

-общие: Озноб, дрожь, повышение температуры тела, общее чувство недомогания, тошнота, мышечная боль. Из 100 привитых общие реакции встречаются у 1-7 человек.

Все вышеперечисленные реакции не требуют лечения и самостоятельно проходит в течение 2-3 дней.

Самыми опасными реакциями на введение противогриппозной вакцины являются аллергические реакции по типу анафилактического шока, отека Квинке, меньше всего-крапивница.

11. Можно ли при легкой простуде вакцинироваться против гриппа?

Ответ: Легкое ОРВИ с температурой тела в пределах 37,5С не является абсолютным противопоказанием к вакцинации против гриппа.

Наша иммунная система способна выполнять несколько задач одновременно.

Нельзя вакцинироваться только в случае ОРВИ с подъемом температуры тела до 38,5С и выше и тяжелым течением.

12. Может ли прививка вызвать грипп?

Ответ: Как правило, применяемые сегодня вакцины не могут привести к заболеванию гриппом. Обыкновенная, ежегодно применяемая, инактивированная противогриппозная вакцина не содержит никаких возбудителей заболевания, а только их частицы, которые не способны к размножению и заражению. Все предположения, что прививка может вызвать грипп, основывается на 2-х обстоятельствах:

-человек вакцинировался в инкубационном периоде заболевания ОРВИ или гриппом, сам того не зная. В итоге он заболевает ОРВИ и связывает это с прививкой и развитием гриппа, поскольку картина обоих заболеваний гриппа очень схожа.

-другой ошибкой является прием общей реакции организма в ответ на введение вакцины за грипп. Такая реакция проходит самостоятельно в течение 3-х дней.

13. Что делать, если не успел своевременно сделать прививку?

Ответ: Если Вы не успели привиться в октябре или ноябре, Вы можете это сделать позже, в особенности, если волна гриппа еще не началась, предварительно посоветовавшись со своим врачом.

Инактивированными вакцинами можно прививаться весь сезон эпидемии, а живыми нет: только до наступления сезона гриппа.

14. Может ли человек не делать прививку, если он вакцинировался в прошлом сезоне или болел тогда гриппом?

Ответ: Вакцинироваться от гриппа рекомендуется ежегодно, поскольку каждый раз к нам приходят разные штаммы вируса гриппа, которые могли быть не включены в прошлогодние вакцины.

К тому же, иммунитет после перенесенного заболевания длится 9-12 месяцев.

Как правило, к этому времени выработанные организмом защитные антитела значительно ослабевают или уменьшаются в количестве, что не создает эффективной защиты перед заболеванием. К тому же надо учитывать, что эти антитела вырабатываются к определенному варианту вируса, а не ко всем.

15. Сколько раз делают прививку от гриппа в течении года?

Ответ: Вакцинируются 1 раз в год. Исключение составляют дети, которые ранее не прививались и не болели гриппом: они вакцинируются 2 раза с интервалом в 4 недели.

16. Почему вакцинация против гриппа рекомендуется беременным женщинам?

Ответ: Во время беременности в организме женщины происходят разнообразные изменения, направленные на рождение ребенка.

Иммунитет у беременных снижается и они могут легко заболеть гриппом, да и не только им, причем в достаточно тяжелой форме, с определенным риском для женщины и плода.

Поэтому и рекомендуется прививка беременным женщинам инактивированными вакцинами. Вакцинацию им проводят во 2-3 триместре беременности.

Женщины, которые имеют хронические заболевания, сопряженные со снижением иммунитета, должны привиться еще на стадии планирования беременности.

17. Могут ли прививаться кормящие матери?

Ответ: Кормящие матери могут спокойно прививаться против гриппа. Через вакцину они защищают себя и своего ребенка от заболевания — с

грудным молоком матери он получает защитные антитела против вируса гриппа.

С 6 месяцев детей можно уже прививать против гриппа-это будет для них слабой тренировкой иммунной системы для защиты организма.

Если вакцина безопасна в плане осложнений, то антигены настоящего вируса гриппа могут вызвать развитие заболевания с осложнениями. Известно, что у детей заболевание протекает тяжелее, чем у взрослых.

18. Должны ли пожилые люди получать противогриппозную вакцину с усиленным действием?

Ответ: Поскольку у пожилых людей часто снижен иммунный ответ то эффективность вакцинации у них может снижаться.

В последние годы были разработаны усиленные противогриппозные вакцины (адьюванты), которые должны у пожилых людей, пациентов с хроническими заболеваниями и иммунодефицитными состояниями лучшую защиту гарантировать.

Пока остается не ясным, насколько надежно такая вакцина защищает перед вирусом гриппа. Но необходимо обратить внимание, что при прививании такой вакциной гораздо чаще встречаются местные или общие реакции.

19. Можно ли одновременно вакцинироваться против пневмококка или дифтерии?

Ответ: Вакцинироваться одновременно против гриппа и пневмококка или дифтерии можно, исключение составляет вакцина против туберкулеза-БЦЖ. Единственным условием является то, что они должны проводиться в разных участках тела.

20. Какие еще есть меры профилактики гриппа, кроме прививки?

Ответ: Для профилактики заболевания гриппом подходят те же меры, что и при ОРВИ:

- сокращение контакта с зараженными людьми, избегание общественных мест;
- соблюдение правил личной гигиены -мытьё рук после улицы, контакта с другими людьми, пребывания в общественных местах, не дотрагивайтесь грязными руками до носа, глаз, лица;
- увлажнение слизистой оболочки носа солевыми растворами, морской солью или физ-раствором;
- частое проветривание помещения, влажная уборка;
- соблюдение здорового питания, пища должна быть богата минеральными веществами и витаминами;
- регулярные прогулки на свежем воздухе;
- занятия физическими упражнениями;
- избегание стрессовых ситуаций.