

Молниеносный грипп



Олег
Киселев

Российские медики разработали усиленную концепцию тройной профилактики гриппа. Используя ее на практике, можно выстроить крепкую оборону от вирусов.

Рассказывает доктор биологических наук, академик РАМН, профессор, директор ФГБУ НИИ гриппа Минздрава РФ **Олег Иванович Киселёв**.

— **Олег Иванович, что это за тройная профилактика, в чем ее суть?**

— Эта концепция подразумевает трехуровневую оборону от гриппа. В нее входит, во-первых, профилактика с помощью введения вакцин. Во-вторых, так называемая химиопрофилактика, то есть прием противовирусных средств по особым схемам.

И, наконец, третий уровень профилактики — это не что иное, как соблюдение правил личной и общественной гигиены. Каждый человек должен знать, что к заболевшему не подходят ближе чем на метр либо надевают маску. В общественных местах не трогают руками глаза, нос и рот. А также в течение дня несколько раз протирают руки антисептиками.

Конечно, самый надежный уровень защиты дает вакцинация. Хотя ликвидировать грипп как инфекцию таким образом нельзя, но снизить заболеваемость и число осложнений — вполне реально. Хорошо, что люди это понимают. Возможно, благодаря этому в России уже два года не отмечалось особо бурных эпидемий этой инфекции. Тем не менее, грипп в нашей стране появится, и он не должен заставить нас врасплох.

— **И когда, по прогнозам, придет основная волна гриппа?**

апчхи!



ингарон®

ИННОВАЦИОННЫЙ
ПРЕПАРАТ

**ОТ ГРИППА
И ОРВИ**

КАПЛИ В НОС

№1 Единственный препарат
интерферона-гамма в РФ

 Мощно стимулирует
иммунитет

 Эффективно блокирует
размножение вирусов

36.6° Быстро уменьшает
симптомы болезни

 Побочные эффекты
не отмечены

www.ingaron.ru



Дойдут ли до нас этой зимой новые штаммы вирусов?

— В этом году традиционное повышение заболеваемости, скорее всего, придется на середину зимы. Медицинское сообщество готово противостоять трем ожидаемым штаммам гриппа. Два из них относятся к типу А и один — к типу В. Все они россиянам уже знакомы. Это так называемый «свиной» грипп сезона 2009-2010 и два вируса 2012 года. Пока, по прогнозам ВОЗ, неожиданных и масштабных вспышек не ожидается.

И как всегда, помимо собственно гриппа, в стране циркулируют другие похожие на него ОРВИ. Несколько типов парагриппа, аденовирусная инфекция, так называемые РС-вирусы. Многие сталкиваются с ними за сезон не раз, так как к ним после выздоровления не возникает иммунитета.

— То есть в целом, получается, ситуация предсказуемая и спокойная?

— О спокойствии можно говорить, когда грипп либо побежден, либо практически все население против него привито. Но пока до этого далеко, мы советуем готовиться к сезону ОРВИ ответственно. Поскольку грипп — заразная инфекция, то один заболевший непременно награждает «своим» вирусом еще нескольких человек. Несет ущерб уже целая семья, рабочий коллектив, школьный класс или детсадовская группа.

Кроме того, не надо забывать об опасности гриппа. В то время как одни могут перенести его без существенных проблем, у других он может быстро вызвать осложнения на легкие, сердце, почки, суставы.

Известна также молниеносная форма гриппа. Она характеризуется быстрым, тяжелым течением — за три дня у человека развиваются серьезные проблемы, подчас требующие реанимации.

Соответственно, каждый культурный человек должен подумать о том, как он будет защищаться от гриппа сам и

как беречь от него своих родных.

— Тогда рассмотрим все этапы профилактики по шагам. Правда ли, что в этом году перечень групп риска, которым нужно сделать прививки от гриппа, расширен?

— Всё верно. И сделано это по рекомендации Всемирной Организации здравоохранения. Теперь в российском календаре прививок закреплены новые группы риска — те категории людей, которые особенно нуждаются в вакцинации. Им делают прививки бесplatно и в первую очередь.

Отныне мы советуем ежегодно прививаться от гриппа всем людям старше 50, в то время как раньше — лишь после 65 лет. Еще одна новая категория — беременные женщины во втором и третьем триместре. Связано это с тем, что во время эпидемии «свиного» гриппа 2009-2010 гг тяжело болели и даже погибали именно будущие мамы. Так что теперь их берут под особую защиту.

Также нужно привиться и всем детям от полугода до 15 лет, особенно получающим лечение аспирином. И, конечно, должны вакцинироваться люди любого возраста с хроническими заболеваниями и работающие в тесном контакте с другими людьми.

Важно, чтобы на момент получения прививки вы были здоровы. А сама вакцина была бы свежей и вам могли бы гарантировать ее правильное хранение и введение.

— С прививками ситуация ясна. Давайте разберем второй способ профилактики — лекарственный. Какие препараты лучше всего защитят от заражения гриппом и другими ОРВИ?

— В период массовой заболеваемости стоит обратить особое внимание на интерфероны. В отличие от других стран, Россия имеет более чем 40-летний опыт их применения. Так что почти все используемые препараты интерферонов в нашей стране — отечественные.

* При клинических испытаниях препарата в соответствии с инструкцией побочные эффекты не отмечены

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Мы действительно доверяем этим средствам. И даже относим к средствам защиты от агентов биотерроризма. Это означает, что при появлении новых опасных вирусов мы будем использовать их в первую очередь. Интерфероны обладают мощными иммуностимулирующими и противовоспалительными свойствами. Отличаются широчайшим спектром действия в отношении самых разных вирусов. Так что их можно применять как для профилактики, так и лечения любого типа гриппа и ОРВИ.

— Сегодня интерфероны выпускают в самых разных формах — растворы для закапывания, капсулы для приема внутрь, свечи, инъекции. Что и когда эффективнее?

— Смотря для каких целей вы их используете. Для профилактики достаточно капель. Но если человек уже заболел, и у него есть насморк, то капли слабоваты. Препарат «разводится» в носу, и клетки всасывают его мало.

Более эффективны современные гелевые, мазевые и аэрозольные формы интерферонов. Они действуют именно там, где это необходимо. Ведь основными воротами при заражении гриппом являются верхние дыхательные пути. На активацию и размножение вируса в них уходит от половины до трех дней. И если вовремя начать применять препарат, можно задавить вирус, и он не выйдет в общий кровоток. Так что за лечение нужно приниматься с первых симптомов гриппа и простуды. А заканчивать — после исчезновения всех их проявлений, не бросая на полпути, едва вам полегчало.

— Интерфероны бывают двух типов — альфа и гамма. Чем они отличаются?

— Интерферон-альфа используются уже давно. А интерферон-гамма стал применяться относительно недавно. Он эффективно стимулирует иммунитет, поэтому сфера его применения достаточно широка. Это лечение заболеваний легких, онкологии. И, конечно, борьба с разными вирусными инфекциями.

Что касается именно гриппа, то для этого можно использовать ингарон. Это препарат гамма-интерферона для закапывания в нос. Его можно применять у всей семьи как для профилактики, так и для лечения.

Кроме того, на нашем фармрынке есть еще одна группа препаратов, которая может с успехом помогать при гриппе и других ОРВИ. Это так называемые индукторы интерферонов. Россия является лидером по их разработке и применению.

Они не проявляют прямого противовирусного эффекта, но быстро мобилизуют организм на борьбу с инфекциями. Препараты хороши для экстренной профилактики ОРВИ. Например, если вы общались с гриппующим на работе, в транспорте или заболел кто-то из членов вашей семьи.

— Значит, если в мире вдруг появится новый опасный штамм гриппа или другой ОРВИ, у нас есть надежные помощники?

— Строго говоря, стопроцентно эффективных лекарств против особо опасных форм гриппа пока не существует. Не только в России, но и во всем мире. Имеющиеся противовирусные средства кому-то помогают больше, кому-то меньше. Здесь многое зависит от состояния иммунной системы человека и организма в целом. Кроме того, существует проблема привыкания вирусов к препаратам. Чем чаще их применяют, тем быстрее они теряют силу.

Вообще, успех в борьбе с вирусом зависит от нескольких условий. Очень важно начать лечение в первые часы и даже минуты от начала болезни. Если вы почувствовали слабость, головную боль, особенно в сочетании с заложенностью носа или комом в горле. Если у вас начала стремительно повышаться температура.

Для этого в гриппозный сезон нужно всегда держать в аптечке необходимые лекарства. А если вы отправляетесь в командировку, брать с собой запас лекарств на полный курс лечения.

Помимо приема лекарств, нужно много пить, соблюдать постельный режим. Питаться

высокобелковой пищей. Чаще проветривать свое помещение.

— Скажите, пожалуйста, чем лучше лечить запущенный грипп? Тот, что уже вовсю разошелся. Говорят, противовирусные препараты принимать уже бесполезно, нужны антибиотики?

— Даже если время упущено, противовирусные препараты необходимы. Но только их одних уже может быть недостаточно. Дело в том, что на 3-5 дни гриппозной инфекции наблюдается сильное снижение иммунитета. И на этом фоне повышается риск присоединения бактериальной инфекции. Чаще всего она развивается в легких. Поэтому кроме противовирусной терапии могут быть необходимы антибиотики, противовоспалительные препараты, средства от кашля, насморка, витамины-антиоксиданты — С, Е, А.

Также, смотря по ситуации, могут назначаться лекарства для предупреждения серьезных осложнений — инфекционно-токсического шока, отека легких, заражения крови.

И не надо думать, что подобные осложнения развиваются только у ослабленных, хронических больных людей. Они, конечно, находятся в особой зоне риска. Но они и больше следят за собой, так как знают «слабости» своего организма.

А вот молодые, здоровые люди относятся к себе погустительски. Зачастую пытаются перенести грипп на ногах, блокируя его симптомы жаропонижающими и обезболивающими. В итоге через несколько дней у них резко ухудшается самочувствие. Возникают хрипы в легких, развивается пневмония. Из-за риска дыхательной недостаточности при этом недуге человека могут отправить в стационар.

Так что всем нужно иметь в виду: грипп не переносится на ногах, а лечится дома, под контролем врача. При сложном течении инфекции врач приходит к пациенту не один раз, а минимум два-три. Смотрит состояние в динамике и, если есть необходимость, корректирует лечение.

Наталья ДАЛЬНЕВА