

## **Пандемия гриппа: часто задаваемые вопросы**

### **Что такое «пандемический грипп»?**

Эпидемия такого рода возникает в тех случаях, когда появляется новая разновидность вируса А, иммунитет к которому у населения либо слаб, либо вообще отсутствует; данный вирус вызывает тяжелое заболевание и легко передается от человека человеку по всему миру. Симптомы пандемического гриппа напоминают обычный грипп, но в более тяжелой форме.

### **Каковы симптомы пандемического гриппа?**

Симптомами обычного сезонного гриппа являются высокая температура, кашель, боль в горле, насморк и заложенный нос, боли в мышцах, головная боль, озноб и чувство усталости. У пандемического гриппа симптомы те же, но могут носить более острый характер и наблюдаться у большего количества людей.

### **Найдется ли вакцина для предотвращения пандемического гриппа?**

Вакцина против обычного гриппа не сможет защитить от вируса гриппа пандемического. Потребуется разработка специальных вакцин, эффективных против конкретного вируса, вызвавшего пандемию. Вот почему противогриппозная вакцина ежегодно меняется. Для ее производства требуется несколько месяцев. В случае возникновения пандемического гриппа, новая вакцина будет получена в кратчайшие сроки.

### **Широко ли распространится заболевание при пандемии гриппа?**

Как правило, штаммы гриппа распространяются быстро, поскольку у населения отсутствует к ним естественный иммунитет. Именно из-за отсутствия у большинства людей иммунитета к пандемическому гриппу, уровень инфицирования и заболеваемости будет выше, чем при сезонных вспышках обычного гриппа. В большинстве случаев такие вспышки проходят, как минимум, двумя волнами продолжительностью 2–3 месяца и с промежутком в несколько месяцев.

### **Как защититься от гриппа самому и не заразить других?**

- Регулярно мойте руки теплой водой с мылом не менее 20 секунд. При отсутствии мыла и воды пользуйтесь дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе.

- Старайтесь не прикасаться к глазам, носу и рту. Зачастую грипп распространяется именно таким способом.
- Кашляйте и чихайте, прикрывшись локтевым изгибом, а не ладонью. Если есть салфетка – прикройте ею рот и нос, после чего выбросьте салфетку и помойте руки.
- В период болезни избегайте контакта с другими. Не ходите на работу, в школу и не отправляйтесь в поездки. Выходите из дома лишь для получения медицинской помощи, надев при этом защитную маску №95.
- Избегайте тесного контакта с больными; не приближайтесь к ним менее чем на 2 метра.
- Никогда не отправляйте больного ребенка в школу или дошкольное учреждение.
- Протирайте поверхность столешниц, раковин, кранов, дверных ручек, телефонов и выключателей освещения моющим средством, содержащим дезинфектант или отбеливатель. Водный раствор моющего средства можно приготовить и самостоятельно, смешав воду и отбеливатель в пропорции 10 : 1.
- Обеспечьте себе полноценный ночной отдых и здоровый рацион; ежедневно выпивайте не менее 8 стаканов жидкости и регулярно занимайтесь спортом.

### **Существуют ли средства для лечения пандемического гриппа?**

При лечении пандемического гриппа могут быть эффективны противовирусные препараты. Они способны ослабить остроту протекания болезни и ускорить улучшение вашего самочувствия. Запасы таких препаратов имеются в Центрах по контролю и профилактике заболеваний. При пандемии они будут использоваться наиболее эффективным методом – с учетом развития заболевания.

### **Может ли грипп передаваться с противогриппозной прививкой?**

Нет, прививка не вызовет заболевания гриппом. Вирусы гриппа, содержащиеся в вакцине, инактивированы (обезврежены). Это означает, что они неспособны вызвать инфицирование. Производители обезвреживают вирусы в процессе изготовления противогриппозных вакцин, а партии готовой продукции проходят проверку на безопасность. В ходе рандомизированных слепых исследований, при которых одним испытуемым вводилась противогриппозная вакцина, а другим – солевой водный раствор, единственным различием в симптомах была повышенная болезненность руки и покраснение в месте инъекции у тех, кто получил вакцину. Никаких других различий, таких как боли в теле, температура, кашель, насморк или боль в горле, не наблюдалось.

Исправлено и дополнено: 24 мая 2011 г.

**Кто наиболее подвержен риску заболевания при пандемии гриппа?**

Наиболее уязвимыми категориями населения при пандемии являются пожилые либо страдающие хроническими заболеваниями, люди с ослабленной иммунной системой, дети, а также беременные женщины.

**Встречается ли еще вирус H1N1?**

Согласно Центрам по контролю и профилактике заболеваний, несмотря на заявление Всемирной организации здравоохранения об окончании пандемии гриппа H1N1, наблюдавшейся в 2009 году, вирус H1N1 по прежнему отмечался и весной 2011 года – наряду с сезонными вирусами гриппа.