****

**Профилактика гриппа и острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ)**

**Часть 1. ГРИПП и ОРВИ**

Ежегодно в осенне-зимний период активизируется циркуляция вирусов гриппа и других респираторных вирусов, которые быстро передаются от человека к человеку воздушно-капельным путем, вызывая массовую заболеваемость населения вплоть до ее эпидемического уровня. Грипп и ОРВИ относятся к числу наиболее массовых инфекционных заболеваний, на их долю ежегодно приходится до 90-95% в структуре регистрируемой инфекционной заболеваемости. По данным статистических наблюдений каждый взрослый человек в среднем в год болеет в 2 раза респираторными инфекциями, школьник – 3 раза, ребенок дошкольного возраста – 6 раз.

Что нужно знать о гриппе и ОРВИ:

**Грипп** – это острое инфекционное заболевание, с коротким инкубационным периодом, вызываемая вирусами типов А, В и С, протекающая с развитием интоксикации и поражением эпителия слизистой оболочки верхних дыхательных путей, чаще трахеи. Заражаются гриппом воздушно-капельным путем, источник инфекции – больной человек, создающий при кашле опасную зону заражения радиусом около 2 метров. Гриппом могут болеть не только люди, но и животные, тем не менее, вирус гриппа довольно специфичен и охватывает различные полушария Земли в зависимости от сезона:

- В северном полушарии грипп чаще всего регистрируется в зимне-весенний период.

- В южном полушарии - летом и осенью.

- В тропиках высокая вероятность инфицирования сохраняется круглый год.

Заболевание склонно к быстрому и глобальному распространению, наиболее опасным осложнением гриппа является внебольничная пневмония, которая может стать причиной неблагоприятного исхода заболевания. Особенно опасен грипп для лиц, страдающих хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой, дыхательной систем, сахарным диабетом, ожирением. Заболевание гриппом у таких людей может привести к тяжелым осложнениям. Заболевание гриппом детей способствует формированию хронической бронхолегочной патологии, предрасполагают к появлению гайморитов, тонзиллитов, отитов; формируют аллергическую патологию, могут быть причиной задержки психомоторного и физического развития, приводят к возникновению вторичной иммуносупрессии, провоцируют заболевания сердца и сосудов.

Несмотря на то, что перенесенная инфекция или вакцинация способствуют формированию стойкого типоспецифического иммунитета, эпидемии гриппа ежегодно поражают до 15% населения планеты. Основной причиной эпидемий являются антигенные дрейфы – незначительные трансформации структуры возбудителей вирусных заболеваний. Приблизительно один раз в 30-40 лет повторяются пандемии гриппа, охватывающие большие территории – именно за этот период структура вируса претерпевает существенные видоизменения (антигенный шифт).

В 1948 году по инициативе ВОЗ была запущена международная программа по сбору, обработке и распространению тематической информации по проблемам гриппа, а также по координации работы диагностических лабораторий. Главными целями программы были названы меры по ограничению распространения вируса гриппа, снижение тяжести заболевания и его осложнений. Была создана международная сеть наблюдения, на сегодняшний день расположенная в 83 странах и состоящая из 110 референс -лабораторий и 12 специализированных национальных центров по изучению вируса гриппа. Кроме того, в сеть, созданную ВОЗ, входят 4 международных референс-центра (в США, Великобритании, Австралии и Японии), диагностирующих циркулирующие типы и подтипы всех известных в настоящее время вирусов, включая возбудителей гриппа.   
Ежегодно (каждую весну) публикуются рекомендации ВОЗ по сезонным вакцинным штаммам гриппа (всего известно 3 типа - Мyxovirus influenzae: A, B и C, антигенный состав: Н-гемагглютинин и N-нейроменидаза).

**Острые вирусные респираторные инфекции** вызываются целой группой респираторных вирусов, чаще это аденовирусы, вирусы парагриппа, респираторно-синцитиальный вирус (РС-вирус), коронавирус, риновирус. Общим для этих вирусов является поражение верхних дыхательных путей человека, сопровождающееся насморком, болями в горле, явлениями интоксикации, но есть и особенности клинической картины, которые может отличить врач. ОРВИ протекают легче гриппа с менее выраженной интоксикацией организма, реже развиваются тяжелые осложнения.

Независимо от сезона и территориального расположения, профилактика гриппа имеет огромное значение для снижения процента заболеваемости и его негативных последствий.

Не откладывайте вакцинацию, защитите себя и своих близких от гриппа и его осложнений заранее!