



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ  
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΕΠΟΠΤΡΙΑ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
Δ/νση: Φιλίππου Λίτσα 29 & Αγίου Γεωργίου,  
Τ.Κ.:15234, Χαλάνδρι

Χαλάνδρι, 15 / 10 / 2018  
Α.Α.: 88

## ΘΕΜΑ: «Η ΕΠΟΧΙΚΗ ΓΡΙΠΗ ΚΑΙ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΥ»



### Η ΕΠΟΧΙΚΗ ΓΡΙΠΗ:

Η Εποχική Γρίπη, είναι μια μεταδοτική ασθένεια που προκαλείται από τα στελέχη του Ιού της Γρίπης και μεταδίδεται από άτομο σε άτομο. Κάθε έτος, τους χειμερινούς μήνες, οι Ιοί της Γρίπης αποτελούν μια πολύ συχνή αιτία της λοίμωξης του αναπνευστικού συστήματος ενηλίκων αλλά και παιδιών, που μπορεί να επιφέρει και σοβαρές επιπλοκές, επικίνδυνες για την υγεία του νοσούντα.

Η βαρύτητα των επιπλοκών που παρατηρούνται σχετίζεται με την προϋπάρχουσα κατάσταση υγείας του ατόμου και το εάν ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου.

Η κλινική εικόνα της γρίπης παρουσιάζει διακυμάνσεις, μπορεί να εμφανιστεί είτε σε ήπια μορφή, είτε και σε πολύ σοβαρή, επιφέροντας στον ασθενή συμπτώματα, όπως τα εξής:

- Υψηλός και επιμένων πυρετός,
- Βήχας,
- Μυϊκοί πόνοι,
- Πονόλαιμος,
- Δύσπνοια,
- Πονοκέφαλος,
- Εμετός,
- Ανορεξία,
- Σύγχυση.

Ως επιπλοκές της νόσου μπορεί να εμφανιστούν:

- Πνευμονία,
- Αφυδάτωση επικίνδυνη για τη ζωή του νοσούντα,
- Παρόξυνση χρόνιας βρογχίτιδας,
- Επιδείνωση καρδιακής ανεπάρκειας κ.α.
- Όλα τα ανωτέρω δυστυχώς μπορεί να επιφέρουν τον θάνατο του ασθενή.

Στην Ελλάδα την προηγούμενη χρονιά καταγράφηκαν πάνω από εκατό (100) πολύ σοβαρά κρούσματα εποχικής Γρίπης, με εισαγωγή στο νοσοκομείο, από τα οποία δυστυχώς σχεδόν τα μισά, σαράντα δύο (42), είχαν θανατηφόρα κατάληξη.

Μεγαλύτερο ποσοστό θανάτων παρουσίασαν οι άνδρες, ενώ το εύρος ηλικίας κυμάνθηκε από την πρώτη βρεφική έως και τα ενενήντα δύο (92) έτη.

Πρέπει να τονιστεί, ότι στη συντριπτική τους πλειονότητα τα άτομα που εισήχθησαν στο νοσοκομείο με σοβαρή μορφή γρίπης, ήταν ανεμβολίαστα.

### **ΠΟΤΕ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΙΝΕΤΑΙ Ο ΑΝΤΙΓΡΙΠΙΚΟΣ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ;**

- Τα πρώτα κρούσματα εποχικής γρίπης εμφανίζονται συνήθως τον μήνα Νοέμβριο,
- Η γρίπη παρουσιάζει αυξημένη δραστηριότητα τον μήνα Ιανουάριο, όμως τα περισσότερα κρούσματα παρατηρούνται τους μήνες Φεβρουάριο και Μάρτιο, οπότε και έχουμε την κορύφωση της νόσου.
- Ο αντιγριπικός εμβολιασμός είναι απαραίτητο να διεξάγεται τον Οκτώβριο ώστε να επιτυγχάνεται έγκαιρα ανάπτυξη αντισωμάτων, γιατί:
  - Το εμβόλιο κατά της γρίπης πρέπει να γίνεται πριν από την περίοδο έξαρσης της νόσου,
  - Μετα από την ημέρα του εμβολιασμού, ο ανθρώπινος οργανισμός χρειάζεται περίπου δύο (2) έως και τρεις (3) εβδομάδες για να αναπτύξει επαρκές επίπεδο αντισωμάτων.

### **Η ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΠΟΥ ΜΑΣ ΠΑΡΕΧΕΙ ΤΟ ΑΝΤΙΓΡΙΠΙΚΟ ΕΜΒΟΛΙΟ:**

- Η ανοσία που επιτυγχάνεται με τον εμβολιασμό αφορά σε στελέχη που περιλαμβάνονται στο εμβόλιο ή έχουν στενή σχέση με αυτά.
- Το αντιγριπικό εμβολιαστικό σκεύασμα παρέχει ανοσία που διαρκεί έξι (6) έως και δώδεκα (12) μήνες.
- Τα αντισώματα, όπως άνωθεν προ είπαμε, δημιουργούνται μετά από δύο εβδομάδες από τον εμβολιασμό και για αυτό χρειάζεται να είμαστε προσεκτικοί για αυτό το μεσοδιάστημα.
- Σημαντικό είναι να γνωρίζουμε ότι ακόμα και όταν λόγω άλλων παραγόντων, δεν έχει αποτραπεί η λοίμωξη και έχει παρουσιαστεί νόσηση σε ήδη εμβολιασμένα κατά της Γρίπης άτομα, τα αντισώματα που παρέχει το αντιγριπικό εμβόλιο δρουν προστατευτικά κατά σοβαρών επιπλοκών (δυσνητικά θανατηφόρων).

## ΟΜΑΔΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΜΕ ΕΝΔΕΙΞΗ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΥ:

Στην Ελλάδα το ισχύον Εθνικό Χρονοδιάγραμμα Εμβολιασμών αναγράφει ότι ο αντιγριπτικός εμβολιασμός συνιστάται σε όλα τα άτομα ηλικίας άνω των έξι (6) μηνών, εφόσον το επιθυμούν.

Όμως, για όλα τα άτομα ηλικίας άνω των έξι (6) μηνών που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου, ο αντιγριπτικός εμβολιασμός κρίνεται απαραίτητος για την αποφυγή νόσησης από τη γρίπη και τον αποκλεισμό πρόκλησης σοβαρών ή και θανατηφόρων επιπλοκών που δύναται να επιφέρει η νόσηση από τον ιό.

Κάθε έτος τα άτομα που ανήκουν στις ακόλουθες ομάδες θα πρέπει να εμβολιάζονται κατά της γρίπης τον μήνα Οκτώβριο ή Νοέμβριο:

- Όλα τα άτομα ηλικίας άνω των εξήντα (60) ετών,
- Εγκυμονούσες γυναίκες, ανεξάρτητα από την ηλικία κύηση, λεχρίδες και θηλάζουσες μητέρες,
- Άτομα με Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) >40 kg/m<sup>2</sup>,
- Παιδιά με ΔΜΣ>95η ΕΘ,
- Άτομα που βρίσκονται σε στενή επαφή με παιδιά <6 μηνών ή φροντίζουν άτομα με υποκείμενο νόσημα, τα οποία διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο επιπλοκών από τη γρίπη,
- Άτομα ενήλικα ή και παιδιά με τα ακόλουθα χρόνια νοσήματα / παθήσεις:
  - Άσθμα ή άλλες χρόνιες πνευμονοπάθειες,
  - Καρδιακή νόσο με σοβαρή αιμοδυναμική διαταραχή,
  - Ανοσοκαταστολή (κληρονομική ή επίκτητη εξαιτίας νοσήματος ή θεραπείας)
  - Μεταμόσχευση οργάνων,
  - Δρεπανοκυτταρική αναιμία (και άλλες αιμοσφαιρινοπάθειες),
  - Σακχαρώδη διαβήτη ή άλλο χρόνιο μεταβολικό νόσημα,
  - Χρόνια νεφροπάθεια
  - Νευρολογικά-Νευρομυϊκά νοσήματα,
  - Παιδιά που παίρνουν ασπιρίνη μακροχρόνια (που πάσχουν από τη νόσο Kawasaki ή από ρευματοειδή αρθρίτιδα κ.α.) για τον αποκλεισμό πιθανού κινδύνου εμφάνισης συνδρόμου Reye μετά από νόσηση από γρίπη.
- Όλα τα άτομα που ανήκουν σε κάποιου είδους κλειστό πληθυσμό (προσωπικό και εσωτερικοί σπουδαστές (σχολείων, στρατιωτικών και αστυνομικών σχολών, ειδικών σχολείων και τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων κ.ά.).
- Επαγγελματίες Υγείας και όλοι οι εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας,
- Επαγγελματίες που έρχονται σε συστηματική επαφή με πουλερικά κατά την εργασία τους (πτηνοτρόφοι, χοιροτρόφοι, κτηνίατροι, εκτροφείς ζώων, σφαγείς, καθαριστές πτηνοτροφικών εγκαταστάσεων).

## ΤΟ ΦΕΤΙΝΟ ΑΝΤΙΓΡΙΠΙΚΟ ΕΜΒΟΛΙΟ :

Φέτος στην χώρα μας κυκλοφορούν τρία ενέσιμα τετραδύναμα αντιγριπικά εμβόλια. Οι τιμές τους κυμαίνονται από (δέκα) 10 έως (δεκατέσσερα) 14 ευρώ για τους μη δικαιούχους δωρεάν παροχής.

Τα αντιγριπικά εμβόλια συνταγογραφούνται για όλους τους ασφαλισμένους του ΕΟΠΥΥ και χορηγούνται δωρεάν, δηλαδή με μηδενική συμμετοχή:

- σε άτομα που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου, όπως ανωτέρω αναγράφονται, ανεξαρτήτως ηλικίας, ή
- σε όλα τα υγιή άτομα άνω των 60 χρόνων.

Δεν παρατηρήθηκε κάποιο πρόβλημα στην επαρκή παραγωγή αντιγριπικών σκευασμάτων και η παράδοση των νέων αντιγριπικών εμβολίων προς τα φαρμακεία γίνεται φέτος ομαλά.

Διευκρινίζεται ότι το αντιγριπικό εμβολιαστικό σκεύασμα δεν προστατεύει από όλες τις μορφές της γρίπης, καθώς οι ιοί της γρίπης αλλάζουν συνεχώς. Έχοντας λάβει όμως το αντιγριπικό εμβόλιο, ακόμα και αν αρρωστήσετε από κάποιο ιό της γρίπης, ο εμβολιασμός θα σας προστατέψει από τη σοβαρή μορφή της νόσου.

Κάθε έτος η σύσταση του εμβολίου διαφέρει, καθώς τροποποιείται με βάση τις εργαστηριακές πληροφορίες που συλλέγονται καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, περιλαμβάνοντας και επιπλέον στελέχη που έδρασαν έντονα εκείνο το έτος.

## Ο ΜΥΘΟΣ ΠΕΡΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΤΗΤΑΣ ΤΟΥ ΑΝΤΙΓΡΙΠΙΚΟΥ ΕΜΒΟΛΙΟΥ:

Πρέπει να τονιστεί ότι μέσω της χορήγησης εμβολίου κατά της γρίπης δεν δύναται το άτομο να μολυνθεί, ούτε να νοσήσει από γρίπη, καθώς λόγω του είδους του, δεν έχει την ικανότητα να προκαλέσει μόλυνση, αφού δεν περιέχει ζωντανό ιό.

Οι μόνες ανεπιθύμητες ενέργειες που μπορεί να προκύψουν στο άτομο που εμβολιάστηκε, είναι:

- ένας πόνος στο σημείο χορήγησης της ένεσης, διάρκειας δύο (2) ημερών,
- μυϊκοί πόνοι ή και
- χαμηλού βαθμού πυρετός.



### ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΧΝΑΜΕ:

- Ακόμα και τα υγιή άτομα χρειάζονται να εμβολιαστούν κατά της εποχικής γρίπης, καθώς και αυτά δύναται να μολυνθούν πολύ ευκολά από τον ιό και να νοσήσουν ακόμα και σε σοβαρό βαθμό.
- Η πρόληψη μεταδοτικών ασθενειών και στη συγκεκριμένη περίπτωση της εποχικής γρίπης αποτελεί μια πολύ σημαντική ενέργεια μπορούμε να κάνουμε ώστε να :
  - να προστατευθούμε εμάς τους ίδιους, αλλά και
  - τους γύρω μας.

**ΠΡΟΣΟΧΗ**  
Προστατεύστε τον εαυτό σας  
και τους γύρω σας  
**ΑΠΟ ΤΗ ΓΡΙΠΗ**  
*Μη διασπείρετε τα μικρόβια*

-  Καλύψτε το στόμα και τη μύτη σας με χαρτομάντηλο, όταν βήχετε ή φταρνίζεστε.
-  Πετάξτε αμέσως το χαρτομάντηλο στο καλάθι των απορριμμάτων.
-  Δεν έχετε χαρτομάντηλο; Φταρνιστείτε στον αγκώνα σας και όχι στα χέρια σας.
-  Πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό ή χρησιμοποιήστε αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
-  Μην αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας.

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)  
ΤΗΛΕΦΩΝΑ: 210-5212 054, 210-5222 339

Ενημερωτική αφίσα του ΚΕΕΛΠΝΟ