**Вакцинопрофилактика гриппа**

Вакцины против гриппа ежегодно обновляются. Вакцинация проводится вакцинами, созданными против вирусов, циркулировавших в предыдущую зиму, поэтому эффективность ее зависит от того, насколько те вирусы близки настоящим. Однако известно, что при повторных вакцинациях эффективность возрастает. Это связывают с тем, что образование антител – защитных противовирусных белков – у ранее вакцинировавшихся людей происходит быстрее.

Какие вакцины существуют?

Сейчас разработано 3 вида вакцин:

* Цельновирионные вакцины – вакцины, представляющие собой цельный вирус гриппа – живой или инактивированный. Сейчас эти вакцины практически не применяются, поскольку обладают рядом[побочных эффектов](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=vZ2byfP5*PnzUcGswl9zXRiyxTDJE*0MtwtfJVwlenOPSuIx6WvYIbAOjjKrNoDGs*Ecjsc4p2PcVaTBzbPu9ZqInQc5R8Ld*0F5IlQUPBK72FymjVR4pkURj-DsS0C2*B-aAn2975AvmQifrbTKAQcc8FVgLajpX0hE9LV8QUhalwJnby6Vp6qhKlEfZjTQD1vk4XO7PFCNlcbeFCtjxcL1ZmDZ2-QKGn1SYIoVeQCqsto2x2UcXaN4IeWc4qWBKc3CWjSlbD6kNgjWG2RuxS8Qn0tdR8R8FZBz4qNW-wPjTvJ1lK9Bkv2N12ElfnddC9BJS5lhRF9IicetwAlv9IM2eGidA2NHrJX20PqmydB3J-JrcNeRm0l2fLyHuVhrm0D136*49RISvC5A4ABUDnTegGQBdppszhU2xGGPpz8cx-SKu8R*pDR3Sp9zJIFyrp4eHLGQs*XQCinnvUU76k0ZB2etoNomxehrDMiuekhh2*jL&eurl%5B%5D=vZ2byVBRUFFs57xkwjXHr6kDZebSmZ9NkDhTU0GxXDTXpnwY) и часто вызывают заболевание.
* Сплит-вакцины – это расщепленные вакцины, содержащие лишь часть вируса. Обладают значительно меньшим числом побочных эффектов и рекомендуются для вакцинации взрослых.
* Субъединичные вакцины – это высокоочищенные вакцины, которые практически не вызывают побочных эффектов. Возможно применение у детей.

Когда лучше всего вакцинироваться?

Лучше всего проводить вакцинацию заранее, до развития эпидемии – с сентября по декабрь. Вакцинироваться во время эпидемии тоже можно, но необходимо иметь в виду, что иммунитет формируется в течение 7-15 дней, во время которых лучше всего проводить дополнительную профилактику противовирусными средствами – например, ремантадином.

Безопасность вакцин:

Как уже упоминалось, для большей безопасности лучше применять наиболее очищенные субъединичные вакцины.

Побочные реакции:

* Местные реакции в виде покраснения , проходят за 1-2 дня
* Общие реакции: повышение температуры, недомогание, озноб, боли в мышцах. Встречаются довольно редко и проходят также в течение 1-2 дней

Аллергия на компоненты вакцины.Необходимо помнить о том, что вакцину не стоит вводить людям с непереносимостью куриного белка, поскольку вирусы для вакцин выращиваются с использованием этого белка, и вакцины содержат его следы. При аллергии на противогриппозные вакцины вакцинацию в последующем проводить нельзя.

**Экстренная профилактика гриппа**

В случае вспышки заболевания в закрытом коллективе или во время эпидемии гриппа эффективность прививки значительно снижается, поскольку для формирования полноценного иммунитета требуется как минимум 1-2 недель.

Поэтому если вакцинация не проводилась, особенно у людей из группы риска, целесообразен профилактический прием противовирусных средств.

Римантадин принимают ежедневно в одно и то же время в дозе 50 мг не более 30 дней.

Также эффективен озельтамивир (Тамифлю) в дозе 75мг 2 раза в сутки в течение 6 недель.

Для экстренной профилактики можно также применять специфический противогриппозный иммуноглобулин, особенно у больных иммунодефицитом

**Вирусные осложнения при гриппе**

* Первичная вирусная пневмония – редкое, но крайне тяжелое осложнение гриппа. Обусловлена распространением вируса из верхних дыхательных путей дальше по бронхиальному дереву и поражением легких. Заболевание начинается как грипп и неуклонно прогрессирует. Интоксикация при этом выражена в крайней степени, наблюдается одышка, иногда с развитием дыхательной недостаточности. Наблюдается кашель со скудной мокротой, иногда с примесью крови. К вирусной пневмонии предрасполагают пороки сердца, особенно митральный стеноз.
* Инфекционно-токсический шок***–***крайняя степень интоксикации с нарушением функционирования жизненно-важных органов: в частности сердечно-сосудистой системы (наблюдается выраженное учащение сердечных сокращений и критическое падение артериального давления) и почек. Первым проявлением инфекционно-токсического шока.
* Миокардит и перикардит***–*** как осложнения гриппа встречались во время пандемии «испанки». В настоящее время встречаются крайне редко.

**Бактериальные осложнения при гриппе**

При*гриппе* значительно снижается естественная сопротивляемость другим инфекциям. Все резервы организм тратит на борьбу с вирусом, поэтому бактериальные инфекции присоединяются к клинической картине очень часто. Особенно при наличии каких-либо хронических бактериальных заболеваний – все они после перенесенного гриппа имеют обыкновение обостряться.

* Бактериальная пневмония. Обычно через 2-3 дня острого течения заболевания, после улучшения состояния, температура повышается вновь. Появляется кашель с мокротой желтого или зеленого цвета. Важно не пропустить начало этого осложнения и вовремя начать лечение правильно подобранными антибиотиками.
* Отит, гайморит, фронтит. Бактериальное воспаление носовых пазух и уха являются, пожалуй, самыми частыми осложнениями гриппа.
* Гломерулонефрит– это воспаление почечных канальцев, который сопровождается снижением функции почек.
* Менингит, энцефалит – воспаление оболочек и/или ткани мозга. Встречается чаще всего у больных группы риска, в основном страдающих иммунодефицитом.
* Септические состояния – состояния, сопровождающиеся попаданием и последующем размножении бактерий в крови. Крайне тяжелые состояния, часто заканчивающиеся летальным исходом.

**Немедикаментозное лечение гриппа**

* Спокойный, лучше постельный режим в течение 5 дней. Не стоит во время острого периода болезни (как бы того не хотелось) читать, смотреть телевизор, работать за компьютером. Это истощает и без того ослабленный организм, продлевает время болезни и риск развития осложнений.
* Обильное теплое питье не менее 2л в день. Лучше богатое витамином С - чай с лимоном, настой шиповника, морс. Выпивая ежедневно большое количество жидкости, больной человек проводит дезинтоксикацию – т.е. ускоренное выведение из организма токсинов, которые образуются в результате жизнедеятельности вирусов.

**Неспецифическая лекарственная терапия**

* Нестероидные противовоспалительные средства: парацетамол, ибупрофен, диклофенак. Эти препараты обладают противовоспалительным действием, снижают температуру тела, уменьшают боль. Возможен прием этих препаратов в составе лекарственных порошков типа Coldrex , Tera - flu и др. Следует помнить, что снижать температуру ниже 38ºС не стоит, поскольку именно при этой температуре тела в организме активизируются защитные механизмы против инфекции. Исключения составляют больные, склонные к судорогам, и маленькие дети.

Детям противопоказан прием аспирина. Аспирин при вирусной инфекции может вызвать тяжелое осложнение – синдром Рейе – токсическая энцефалопатия, которая проявляется эпилептическими припадками и комой.

При лечении гриппа и простуды необходимо помнить, что при наличии проблем с сердцем и сосудами, стоит воздержаться от использования средств, в состав которых входит вещество фенилэфрин. Этот компонент входит в состав многих широко разрекламированных препаратов. Он повышает артериальное давление, что дает дополнительную нагрузку на сердце. Как правило, врачи рекомендуют препараты с содержанием парацетамола, витамина С и противоаллергического компонента, например, самый обычный шипучий «АнтиГриппин». Содержащиеся в нем компоненты быстро устраняют симптомы простуды и гриппа, а также позволяют предотвратить дальнейшее развитие заболевания и появление возможных осложнений.

* Антигистаминные препараты – это лекарственные средства, которые применяются для лечения аллергии. Они обладают мощным противовоспалительным эффектом, поэтому уменьшают все признаки воспаления: заложенность носа, отек слизистых. Препараты первого поколения этой группы - димедрол, супрастин, тавегил - обладают побочным эффектом: вызывают сонливость. Препараты второго поколения - лоратадин (кларитин), фенистил, семпрекс, зиртек - этим эффектом не обладают.
* Капли для носа.Сосудосуживающие капли для носа уменьшают отек, снимают заложенность. Однако это не столь безопасный препарат, как может показаться. С одной стороны, во время ОРВИ необходимо применять капли, чтобы уменьшить отек и улучшить отток жидкости из носовых пазух для предотвращения развития гайморита. Однако частое и длительное применение сосудосуживающих капель опасно в отношении развития хронического ринита. Бесконтрольный прием препаратов вызывает значительное утолщение слизистой носовых ходов, что приводит к зависимости от капель, а затем и к постоянной заложенности носа. Лечение этого осложнения – только хирургическое. Поэтому нужно строго соблюдать режим употребления капель: не дольше 5-7 дней, не более 2-3 раз в сутки.
* Лечение боли в горле. Самое эффективное средство (оно же самое нелюбимое многими) – это полоскание горла дезинфецирующими растворами. Можно использовать настои шалфея, ромашки, а также готовые растворы, такие как фурацилин. Полоскание должно быть частым – раз в 2 часа. Кроме того, можно применять дезинфицирующие спреи: гексорал, [биопарокс](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=vZ2byeXp6OkwnnVvAZywnttxBvMK0C7PdMic5qqX6mPXRv9W-w8SP7UTFhr941Q0oFjH6s2125BW7odBMyCQVd*BR*AxkvGmgo1p6CcwhggbcZgwHDqVKhD2wc-mOSeY36FzN*qU6ikWXaOdFCyjlCQXX-OGN-lYovPLQCRY1YRNEaVLO5ic9tYtJbnGoH0iQA3cg49JWnN8LA25hTlCRybY0Db9XBADY9NdGZSk04NnrMPLflbM8t43JPL2z67XiR*3GFTnFaANRyE2VkRd*0AQTwb3M9MhW0JeBOCx3BNLj1YDy*65PlJ6Nl15wg5m0UOObeXUWOKYbj23KcUvfX93mbzKcMnhiEDyWe14zxSuN7Hk3pWGwtIWZ5W9bg4SIRraHuwoc5hsYzRxu8VUlGcYbDxIB5K7S0dEZivZVFR82KqN*dp2v7jafvNR5J4uePDxo**x2MGUl3Q52o7AzM7bWZK7a5WbhdK7oznMvYea1ULHrnSv40kw7yBbKuWIJ3qqNVHfZXb3zMkKSTv60Ck8G07wTx2mwi-TiM3hUSQXIkPCipNu9Y5wmpQnIgzEefwnHA&eurl%5B%5D=vZ2byVJTUlO878GVM8Q2XljylBeJRkqW1tlwqQMEMnNtilqn) и др.
* Препараты от кашля. Цель лечения кашля – снизать вязкость мокроты, сделать ее жидкой и легкой для откашливания. Немаловажен для этого питьевой режим – теплое питье разжижает мокроту. При трудностях с откашливанием можно принимать отхаркивающие препараты, такие как АЦЦ, мукалтин, бронхолитин и др. Не стоит самостоятельно (без консультации врача) принимать препараты, подавляющие кашлевой рефлекс – это может быть опасно.
* Антибиотики – применять не следует!!! Антибиотики совершенно бессильны в отношении вирусов, их используют только при возникновении бактериальных осложнений. Поэтому не следует применять антибиотики без назначения врача, как бы того не хотелось. Это небезопасные для организма препараты. Кроме того, бесконтрольный прием антибиотиков приводит к возникновению устойчивых к ним форм бактерий.

**Противовирусная терапия**

* Интраназальный интерферон: лейкоцитарный по 5 капель в нос 5 раз в день, гриппферон по 2 – 3 капли 3 – 4 раза в день в течение первых 3 – 4 дней.
* Противогриппозный γ-иммуноглобулин вводится больным, страдающим иммунодефицитом
* Римантадин – противовирусное средство. Лечение римантадином лучше начинать в первый день заболевания, и по крайней мере, не позже 3 дня! Не рекомендуется прием препарата детям до 12 лет, беременным, лицам, страдающих хроническими заболеваниями печени и почек. Лечение продолжается 3 дня.
* Озельтамивир (тамифлю). Лечение необходимо начинать в первый день заболевания. Преимуществом озельтамивира является возможность назначения детям младше 12 лет. Курс лечения – 3-5 дней.