

ΓΡΙΠΗ Α (H1N1)– ΣΥΝΤΟΜΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Αθήνα, 5 Αυγούστου 2009

Το παρόν είναι μετάφραση από κείμενα που δημοσιεύτηκαν από το Ίδρυμα Νόσου Κοιλιοκάκης του Ηνωμένου Βασιλείου, την 30^η Ιουλίου 2009, και από το άρθρο «Οδηγός Επιβίωσης» που δημοσιεύτηκε στο «Το Βήμα» την Κυριακή, 2 Αυγούστου 2009.

“Δεν υπάρχουν αποδείξεις ότι τα άτομα με κοιλιοκάκη διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να κολλήσουν τη γρίπη Α από τον υπόλοιπο πληθυσμό” (Coeliac UK)

Τι είναι η νέα γρίπη;

Η νέα γρίπη είναι μία ασθένεια του αναπνευστικού που δημιουργήθηκε από στέλεχος του ιού της γρίπης τύπου Α γνωστού και ως H1N1. Είναι το ίδιο στέλεχος που εντοπίζεται στα εποχικά ξεσπάσματα της γρίπης, όμως περιέχει γενετικό υλικό που συναντάται σε πουλιά, ανθρώπους και χοίρους. Παρόλα αυτά πρόκειται πλέον για έναν εξ ολοκλήρου ανθρώπινο ιό.

Πώς εξαπλώνεται;

Οι ιοί της γρίπης εξαπλώνονται μέσω των σταγονιδίων που εκτοξεύονται από τη μύτη και το στόμα όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε. Αυτά τα σωματίδια μπορεί να εισπνευσθούν ή να μεταδοθούν σε άλλους από σκληρές επιφάνειες, όπως πόμολα, τηλέφωνα, ηλεκτρολόγια και ασύρματες συσκευές.

Ποιοι κινδυνεύουν;

Οι παρακάτω ομάδες έχουν αναγνωρισθεί ως οι πλέον ευάλωτες:

- Άτομα με πνευμονοπάθειες, ασθένειες στο ήπαρ, καρδιολογικά ή νευρολογικά προβλήματα.
- Πρόσωπα με αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα.
- Διαβητικοί.
- Όσοι νοσηλεύτηκαν για άσθμα τα τελευταία τρία χρόνια.

ΓΡΙΠΗ Α (H1N1)– ΣΥΝΤΟΜΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

- Ηλικιωμένοι (άνω των 65 ετών).
- Νήπια και βρέφη.

Τα μέλη αυτών των ομάδων θα πρέπει να αναζητήσουν άμεση ιατρική βοήθεια σε περίπτωση που παρουσιάσουν συμπτώματα του ιού.

Όπως γίνεται και για την ανοσοποίηση της εποχιακής «κανονικής» γρίπης, η λήψη Tamiflu και Relenza πρέπει να αξιολογείται σε ατομική βάση από τον ιατρό σας λαμβάνοντας επίσης υπόψη επιπρόσθετα προβλήματα υγείας.

Το Tamiflu και το Relenza δεν περιέχουν γλουτένη.

Πόσο πρέπει να ανησυχώ;

Στις περισσότερες περιπτώσεις τα συμπτώματα του ιού είναι σχετικά ήπια. Η πλειονότητα όσων έχουν προσβληθεί έγινε καλά σε μία εβδομάδα, χωρίς θεραπευτική αγωγή, ενώ μάλιστα κάποιοι αγνοούσαν από τι είχαν ασθενήσει. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας ο ρυθμός θνησιμότητας ανέρχεται μόλις σε 0,4% των ασθενών.

Συμπτώματα της γρίπης των χοίρων

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε τα συμπτώματα της νέας γρίπης, τα οποία όπως φαίνεται είναι παρόμοια με αυτά της κανονικής γρίπης δηλαδή βήχας, πονοκέφαλος, πονόλαιμος, πόνος στα άκρα ή στις αρθρώσεις, βλέννες στη μύτη, διάρροια, εμετός.

Αν έχετε πυρετό 38 βαθμών και δύο από τα παραπάνω συμπτώματα πρέπει να ζητήσετε αμέσως ιατρική βοήθεια.

Για να αποφευχθεί η εξάπλωση της γρίπης, μην ξεχνάτε όταν φταρνίζετε ή βήχετε να καλύπτετε τη μύτη και το στόμα σας με χαρτομάντιλα και στη συνέχεια να πετάτε το χαρτομάντιλο και να πλένετε επιμελώς τα χέρια σας.

ΓΡΙΠΗ Α (H1N1)– ΣΥΝΤΟΜΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Επιλογές Θεραπείας

Έχει αναφερθεί ότι είναι σωστό να αποφεύγετε την ασπιρίνη λόγω πιθανών σοβαρών παρενεργειών.

- **Παρακεταμόλη.** Οι περισσότεροι ασθενείς ανταποκρίνονται θετικά στην ξεκούραση και στη θεραπεία με φάρμακα που έχουν ως βάση την παρακεταμόλη, καθότι βοηθούν στη μείωση της θερμοκρασίας του σώματος και στην ανακούφιση από τα συμπτώματα.
- **Αντι-ιικά.** Το Tamiflu και το Relenza χορηγούνται σε οποιονδήποτε παρουσιάζει συμπτώματα που υποδεικνύουν ότι πάσχει από τη γρίπη των χοίρων, αλλά δεν χορηγούνται στους οικείους του ασθενούς. Δεν θεωρούνται άμεση θεραπεία, αλλά ενδέχεται να συντομεύσουν τη διάρκεια της ασθένειας, μειώνοντας τον κίνδυνο επιπλοκών, όπως η πνευμονία, και να καταστήσουν τον ασθενή λιγότερο μεταδοτικό, αν χορηγηθούν ως και 48 ώρες από την εκδήλωση των συμπτωμάτων.
- **Αντιβιοτικά.** Δεν έχουν καμία επίδραση στον ιό που θεωρείται υπεύθυνος για τη νέα γρίπη, όμως δύνανται να χορηγηθούν σε περίπτωση που εμφανιστεί και δεύτερη λοίμωξη, όπως η αμυγδαλίτιδα ή κάποια πάθηση του θώρακα.
- **Εμβόλιο.** Το πιθανότερο είναι ο εμβολιασμός να ξεκινήσει τον Σεπτέμβριο. Δύο εμβόλια βρίσκονται υπό δημιουργία στα εργαστήρια και αμφότερα είναι στο τελευταίο στάδιο εργαστηριακού ελέγχου. Περί τα τέλη του έτους περίπου αναμένεται να είναι έτοιμα.

Σε όλες τις περιπτώσεις πριν να λάβετε οποιοδήποτε φάρμακο καλό είναι να αναζητήσετε άμεση ιατρική βοήθεια και συμβουλή.