*РЗИ-Враца*

*Дирекция „Надзор на заразните болести“ 2015*

**ПРОФИЛАКТИКА НА ГРИПА**

Грипът все още не е напомнил за себе си, но сега е времето да се вземат мерки срещу него, като се имунизираме. Противогрипната ваксина предпазва от заболяването голям процент от хората, които са си я поставили, или значително намалява тежестта му.

Противогрипните ваксини може да се прилагат на възрастни и на деца от 6 месечна възраст. Те намаляват риска от разпространение на грипа сред членовете на семейството, затворените колективи-детски градини, училища, домове, работнически колективи. Ваксината е убита. Ефективността на противогрипните ваксини е безспорно доказана. Те предотвратяват разболяване и хоспитализация, както и защитават живота на хората от рисковите групи – хронично болни, възрастни хора над 60 год., деца.

Ваксинацията е един от методите за предпазване от грип. При нея в организма се въвеждат само необходими частици от грипния вирус, които позволяват създаването на специфична имунологична памет и изграждане на специфични противогрипни антитела. При попадане на грипен вирус в организма, имунната система вече е “готова за действие”, унищожава попадналия вирус и предпазва индивида.

Противогрипните ваксини съдържат щамове, които СЗО е прогнозирала като най-близки в антигенно отношение до тези, които ще ни атакуват през този сезон.

**Напомняме Ви, че месеците септември,октомври и ноември са най-подходящите за противогрипна ваксинация по две причини:**

* организмът да има достатъчно време да изгради имунитет;
* хората са все още здрави – условие, което е задължително за ваксинацията.

След закупуване на ваксината, тя трябва да бъде съхранявана в хладилник, но в сектор с плюсова температура (от +2С до +8С). Не бива да се ваксинирате, ако сте болен от грипоподобно заболяване с температура, кашлица, хрема. Ваксината е изцяло противопоказана за алергичните към яйчен белтък.

Особено препоръчително е ваксинирането **на деца, възрастни хора,** пациенти с:

* хронични белодробни заболявания – хроничен бронхит, астма, туберкулоза и др.
* хронични сърдечно-съдови заболявания – хипертония, сърдечна недостатъчност и др.
* хронични бъбречни заболявания
* анемии
* намален имунитет, вкл. болните от СПИН,
* **лица, които работят в затворени колективи и места с повишен риск от заразяване** - училища, здравни заведения, градския транспорт, войнишки колективи, живеещи в общежития и др.

Имунитетът срещу грипа се изгражда 15-20 дни след ваксинацията. Той трае цяла година, като най-силен е през първите шест месеца. Ваксинирането може да бъде съпътствано с леко неразположение и болки на мястото на ваксинацията за около денонощие.

За съжаление България е на последно място в Европа по обхват на населението с противогрипни ваксини – под 3%. Ваксината е важна, защото предотвратява усложненията и прекратява предаването на заразата на други хора.