

Mida peaksid teadma

Gripist

Kaitse oma patsiente!

Kaitse iseennast!

Vaktsineeri!

Mis on gripp?

Gripp on ülemiste hingamisteede nakkushaigus, mida põhjustavad A- ja B-gripiviirused. Grippi haigestub igal aastal suur hulk inimesi. Enamikel juhtudel põetakse haigus läbi kergelt, kuid mõnikord võib gripp kulgeda raskelt ja põhjustada enneaegseid surmajuhte.

Gripp on ennetatav. Gripi ennetamise vajalikkusest arusaamine aitab vähendada haigestumiste, hospitaliseerimiste ning enneaegsete surmajuhtude arvu.

Missugused on gripi levikuteed?

Gripiviirus levib inimeselt inimesele

- otsese kontakti kaudu aevastamisel või köhimisel lenduvate piiskade abil.
- läbi kaudse kontakti köhimisel, aevastamisel ja nuuskamisel saastunud käte või kontaktpindade vahendusel (näiteks uste käepidemed).

Missugused on gripi sümptomid?

Grippi haigestunutel on järgmised haigussümptomid:

- palavik
- väsimus
- kurguvalu
- peavalu
- nohu
- lihaste valu
- kuiv kõha

Haiguse kulg võib olla sageli (kuni 30%)* kerge või asümptomaatiline, te võite siiski tahtmatult nakatada oma kolleege või patsiente.

* H1N1 hemagglutinin-inhibition seroprevalence in Emergency Department Health Care workers after the first wave of the 2009 influenza pandemic. *Pediatr Emerg Care.* 2011 Sep;27(9):804-7. doi: 10.1097/PEC.0b013e31822c125e

Mida peaksid teadma

Gripist

Kaitse oma patsiente!

Kaitse iseennast!

Vaktsineeri!

Kuidas kaitsta oma patsiente ja iseennast?

Vaktsineerimine on kõige tõhusam ennetusviis.

Vaktsineerituna kaitsete nii oma kolleege kui ka patsiente, eriti neid, kellel on suurem risk saada haigestumise korral tüsistusi.

Riskigruppidesse kuuluvad vanemaealised ja järgmisi kroonilisi haigusi põdevad inimesed:

- astma ja kopsuhaigused
- diabeet ja teised endokriinsüsteemi haigused
- südamehaigused
- neeruhaigused
- maksahaigused
- ainevahetushaigused
- neuroloogilised haigused
- immuunsüsteemi nõrgenemine (haiguse või ravi tagajärjel)

Missugused on võimalikud tüsistused?

Tüsistusi võib ette tulla kõigil, kuid need on rohkem levinud riskirühmades. Tüsistusteks võivad olla kopsupõletik, kõrvapõletik, põskkoopapõletikud, dehüdratsioon ja krooniliste haiguste süvenemine nagu südamepuudulikkus, astma või diabeet. Vanemaealistel võib gripp põhjustada või süvendada kardiovaskulaarset ja tserebrovaskulaarset seisundit (infarkti ja insulti).

Järjepidav vaktsineerimine tagab ringlevate gripitüvede suhtes kõrgema immuunsuse.

Kes tegeleb gripiga Eestis?

Gripi situatsiooni analüüsib ja jälgib Terviseameti gripikeskus. Vaktsineerimisega tegelevad perearstikeskused või vaktsineerimiskabinetid.