

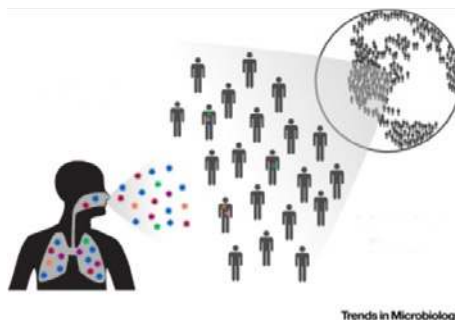
Γιατί κάθε χρόνο πρέπει να εμβολιάζομαι;

Οι ιοί της γρίπης αλλάζουν συνεχώς. Κάθε περίοδο γρίπης κυκλοφορούν στελέχη του ιού που έχουν μικρές διαφορές από αυτά της προηγούμενης περιόδου. Για το λόγο αυτό η σύνθεση του εμβολίου αλλάζει κάθε χρόνο. Ακόμη και στην περίπτωση που η σύνθεση του εμβολίου είναι η ίδια με αυτή της προηγούμενης περιόδου, ο εμβολιασμός πρέπει να επαναλαμβάνεται **γιατί η ανοσία που αφήνει το εμβόλιο εξασθενεί μετά από 6 μήνες περίπου, επομένως δεν υπάρχει προστασία εναντίον της γρίπης την επόμενη περίοδο.**

Πως φτιάχνονται τα εμβόλια?

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συλλέγει πληροφορίες για τα στελέχη του ιού της γρίπης που κυκλοφορούν κάθε χρόνο σε όλον τον κόσμο, μέσω ειδικού δικτύου εργαστηρίων που έχει δημιουργήσει (πάνω από 110 εργαστήρια σε περισσότερες από 80 χώρες). Με βάση τις πληροφορίες που συλλέγονται από το δίκτυο, το Φεβρουάριο κάθε χρόνου (για το βόρειο ημισφαίριο) ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συστήνει προς τις φαρμακοβιομηχανίες τη σύνθεση του εμβολίου της επόμενης χρονιάς.

**Με τον εμβολιασμό
δεν προστατεύουμε
μόνο τον εαυτό μας,
αλλά και τους
αγαπημένους
μας και όχι μόνον...**



Trends in Microbiology



σε συνεργασία με την

**ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΠΑΘΟΛΟΓΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ**

Αντιγριπικό εμβόλιο



ΓΙΑΤΙ ΙΣΩΣ ΚΙ ΕΓΩ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΜΒΟΛΙΑΣΘΩ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΙΟΥ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ;

Ο ιός της γρίπης προσβάλλει κυρίως το αναπνευστικό σύστημα κατά τους χειμερινούς μήνες, αλλά τα τελευταία χρόνια και στην αρχή της άνοιξης. Συνήθως αν και με σοβαρά συμπτώματα αυτοϊάται χωρίς πολύ σοβαρές επιπτώσεις για τον ασθενή. Συχνά όμως και ειδικά όπου πρόκειται για μεταλλάξεις του ιού, δηλαδή ο ιός μπορεί σε άτομα, που χαρακτηρίζονται ως υψηλού κινδύνου, μερικές φορές όμως και σε υγιείς νεαρούς ενήλικες να προκαλέσει θανατηφόρες επιπλοκές, όπως η προσβολή του μυοκαρδίου, του εγκεφάλου, των πνευμόνων, των νεφρών και γενικότερα όλων των ζωτικών οργάνων. Γι' αυτό πρέπει όλοι να απευθύνονται στον γιατρό τους από την πρώτη ημέρα της νόσου (ώστε να λάβουν το κατάλληλο αντιϊικό φάρμακο, το οποίο δρα μόνο τα 2 πρώτα εικοσιτετράωρα). ΟΜΩΣ αυτό μπορεί να προληφθεί για όσους έχουν εμβολιασθεί.

Πως μπορώ να προστατευθώ από την γρίπη ?

Μέχρι σήμερα,

ο κύριος τρόπος προστασίας είναι ο έγκαιρος εμβολιασμός

Κανένα φάρμακο δεν μπορεί να υποκαταστήσει τον αντιγριπικό εμβολιασμό,

Ποιοι πρέπει να εμβολιάζονται;

(ομάδες υψηλού Κινδύνου)

Ανάλογα με τα επιδημιολογικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά της, καθώς και τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η κάθε χώρα ορίζει τις κατηγορίες των ατόμων που ανήκουν στις καλούμενες «ομάδες υψηλού κινδύνου» και θα πρέπει να εμβολιάζονται κάθε χρόνο. Σύμφωνα με την εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας, οι ομάδες υψηλού κινδύνου για τη χώρα μας, που θα πρέπει να εμβολιαστούν με το είναι οι εξής:

1. Άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω
2. Παιδιά > 6 μηνών και ενήλικες που παρουσιάζουν έναν ή περισσότερους από τους παρακάτω επιβαρυντικούς παράγοντες ή χρόνια νοσήματα:
 - Άσθμα ή άλλες χρόνιες πνευμονοπάθειες

- Καρδιακή νόσο με σοβαρές αιμοδυναμικές διαταραχές
 - Ανοσοκαταστολή (κληρονομική ή επίκτητη εξαιτίας νοσήματος ή θεραπείας)
 - Μεταμόσχευση οργάνων
 - Δρεπανοκυτταρική νόσο (και άλλες αιμοσφαιρινοπάθειες)
 - Σακχαρώδη διαβήτης ή άλλο χρόνιο μεταβολικό νόσημα
 - Χρόνια νεφροπάθεια
 - Νευρομυϊκά ή Νευρολογικά νοσήματα
3. Έγκυες γυναίκες ανεξαρτήτου ηλικίας κύησης
 4. Λεχωίδες
 5. Θηλάζουσες
 6. Άτομα με Δείκτη Μάζας Σώματος (BMI)>40kg/m
 8. Παιδιά που παίρνουν ασπιρίνη μακροχρόνια (π.χ. νόσος Kawasaki, ρευματοειδής αρθρίτιδα και άλλα), για τον πιθανό κίνδυνο εμφάνισης συνδρόμου Reye μετά από γρίπη
 9. 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
 10. Κλειστοί πληθυσμοί (προσωπικό και εσωτερικοί σπουδαστές σχολείων, στρατιωτικών και αστυνομικών σχολών, ειδικών σχολείων ή σχολών, τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων, νεοσύλλεκτων στις ένοπλες δυνάμεις κ.ά.). Στρατεύσιμοι στα κέντρα κατάταξης και ειδικά όσοι κατατάσσονται κατά τους χειμερινούς μήνες (Οκτώβριο-Μάρτιο).
 11. Εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας (ιατρονοσηλευτικό προσωπικό και λοιποί εργαζόμενοι)
 12. Επαγγελματίες όπως κτηνίατροι πτηνοτρόφοι, χοιροτρόφοι, σφαγείς και γενικά άτομα που έρχονται σε συστηματική επαφή με πουλερικά.

Εποχή εμβολιασμού

Ο εμβολιασμός πρέπει να γίνεται κάθε χρόνο κατά το χρονικό διάστημα **Οκτωβρίου-Νοεμβρίου**. Χρειάζονται περίπου 2 εβδομάδες από τον εμβολιασμό ώστε ο οργανισμός να δημιουργήσει προστατευτικά αντισώματα για τη γρίπη.

Χρειάζεται να κάνω δυο δόσεις;

ΟΧΙ Στους ενήλικες αρκεί να γίνεται μόνο μία δόση εμβολίου κάθε χρόνο. Μελέτες έχουν δείξει ότι επαναληπτική δόση του εμβολίου γρίπης δεν προσφέρει στην βελτίωση της ανοσίας. Στα παιδιά ηλικίας μικρότερης των 9 ετών που εμβολιάζονται για πρώτη φορά κατά της γρίπης, πρέπει να γίνονται δύο δόσεις εμβολίου, σε διάστημα τουλάχιστον ενός μήνα η μία από την άλλη.

Εάν έχω νοσήσει πέρυσι θα έχω ανοσία την φετινή χρονιά;

Η μόλυνση από έναν ιό γρίπης μία χρονιά, προσφέρει στο άτομο κάποιου βαθμού ανοσία σε παρόμοια στελέχη του ιού της γρίπης για ένα ή περισσότερα έτη. Ο βαθμός προστασίας εξαρτάται από την κατάσταση υγείας του κάθε ατόμου. Νέα, υγιή άτομα, με φυσιολογικό ανοσοποιητικό σύστημα, προστατεύονται σε υψηλότερο βαθμό σε σχέση με άτομα με πιο εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα. **Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι ο ιός της γρίπης «αλλάζει»** τόσο συχνά που τα αντισώματα που παράγονται έναντι ενός στελέχους γρίπης μπορεί να είναι λιγότερο αποτελεσματικά έναντι άλλων στελεχών. Επιπλέον, δεν επικρατεί κάθε χρόνο το ίδιο στέλεχος γρίπης.

Είναι αποτελεσματικό το εμβόλιο;

Όταν οι ιοί της γρίπης που περιλαμβάνει το εμβόλιο είναι παρόμοιοι με τους ιούς που κυκλοφορούν τη συγκεκριμένη περίοδο, είναι πολύ αποτελεσματικό. Έχει φανεί ότι προστατεύεται από τη νόσο το 70-90% των ατόμων που εμβολιάζονται. Στους ηλικιωμένους και σε πάσχοντες από σοβαρά χρόνια νοσήματα το εμβόλιο συχνά είναι λιγότερο αποτελεσματικό, αλλά ακόμη και σε αυτές τις περιπτώσεις μειώνει τις εισαγωγές στο νοσοκομείο και τους θανάτους από επιπλοκές.

