

Μύθοι και αλήθειες για τα Μέτρα Πρόληψης της Εποχικής Γρίπης

Μύθοι	Αλήθειες
Η γρίπη δεν είναι σοβαρή νόσος	Η γρίπη μπορεί να προκαλέσει σοβαρή νόσο και θάνατο, ιδιαίτερα σε ασθενείς που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου (άτομα άνω των 60 ετών, ασθενείς με σακχαρώδη διαβήτη, άσθμα κλπ). Ακόμα και υγιή άτομα μπορεί να νοσήσουν και να εμφανίσουν σοβαρές επιπλοκές για τις οποίες απαιτείται νοσηλεία κατά τη διάρκεια της οποίας πιθανόν να καταλήξουν
Το εμβόλιο της γρίπης μπορεί να προκαλέσει γρίπη	Το αντιγριπικό εμβόλιο δεν προκαλεί γρίπη διότι περιέχει αδρανοποιημένα στελέχη του ιού που δεν προκαλούν νόσο
Το αντιγριπικό εμβόλιο έχει σοβαρές παρενέργειες	Το αντιγριπικό εμβόλιο είναι ασφαλές. Οι πιο συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες μετά τον εμβολιασμό αφορούν σε ευαισθησία, ερυθρότητα και ήπιο οίδημα στο σημείο του εμβολιασμού. Επιπλέον, μπορεί να εμφανιστεί πυρετός, κεφαλαλγία και μυαλγίες, που συνήθως υποχωρούν μετά από μία έως δύο ημέρες. Αναφορικά με την εμφάνιση συνδρόμου Guillain-Barré, η συχνότητα είναι μικρότερη από 1/1.000.000 δόσεις, ποσοστό που είναι ίδιο με αυτό του γενικού πληθυσμού
Δεν εμβολιάζομαι γιατί είμαι αλλεργικό άτομο	Τα άτομα με αλλεργία μπορούν να εμβολιάζονται. Σε περίπτωση ιστορικού σοβαρής αλλεργικής αντίδρασης στο αυγό, ο εμβολιασμός μπορεί να διενεργηθεί υπό ιατρική επίβλεψη
Το εμβόλιο δεν είναι αποτελεσματικό γιατί, ενώ εμβολιάστηκα, νόσησα από γρίπη	Εφόσον απαιτείται χρονικό διάστημα 15 περίπου ημερών μέχρι την ανάπτυξη ανοσίας, είναι δυνατό μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα κάποιος να νοσήσει από γρίπη ή να παρουσιάσει γριπώδη συνδρομή η οποία οφείλεται σε άλλο ιό (πχ RSV, parainfluenza). Επιπλέον, κάποιος μπορεί να νοσήσει από γρίπη που οφείλεται σε διαφορετικό στέλεχος από αυτά που περιέχει το εμβόλιο. Επίσης, η ανοσιακή απόκριση μετά τον εμβολιασμό διαφέρει από άτομο σε άτομο
Είμαι έγκυος και δεν πρέπει να εμβολιαστώ	Το αντιγριπικό εμβόλιο είναι ασφαλές σε όλη τη διάρκεια της κύησης. Οι έγκυες γυναίκες βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο για σοβαρές επιπλοκές από γρίπη, οι οποίες μπορεί να απαιτήσουν νοσηλεία. Σε κάθε περίπτωση όλες οι έγκυες γυναίκες καθώς και εκείνες που σκοπεύουν να μείνουν έγκυες πρέπει να εμβολιάζονται

Είμαι επαγγελματίας υγείας και τηρώ αυστηρά τις βασικές προφυλάξεις, εφαρμόζω σωστά την υγιεινή των χεριών, χρησιμοποιώ μάσκα και γάντια μιας χρήσης. Δεν είναι απαραίτητο να εμβολιαστώ

Η γρίπη μεταδίδεται μέσω σταγονιδίων κατά τη διάρκεια της ομιλίας, του βήχα και του φτερνίσματος. Οι ενήλικες μεταδίδουν τον ιο έως και μια ημέρα πριν την εμφάνιση των συμπτωμάτων. Οι επαγγελματίες υγείας μπορούν να διασπείρουν τον ιο στους ασθενείς τους ή στο προσωπικό ενώ είναι ασυμπτωματικοί. Συνεπώς, πλέον των βασικών προφυλάξεων συστήνεται ο εμβολιασμός με το αντιγριπικό εμβόλιο

Βιβλιογραφία

1. www.cdc.gov/flu/about/qa/misconceptions.htm
2. www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm
3. https://www.jointcommission.org/.../JC_influenza_myth
4. www.lung.org > ... > Lung Disease Lookup > Influenza
5. http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/seasonal_influenza/vaccines/Pages/vaccines.aspx#sthash.Ty7NAd2A.dpuf

Παρασκευή Τσώνου, Παθολόγος, Γραφείο Προέδρου, ΚΕΕΛΠΝΟ