

## Информации за граѓаните за Сезонски грип

Сезонскиот грип е вирусно заболување кај кое причинител е вирусот на грип. Постојат два вида на вирус на грип и тоа тип А и тип Б. Овие два вида на вируси се предизвикувачи на акутни инфекции на горните дишни патишта, кои можат да преминат во сериозни компликации со бактериски суперинфекции на долните дишни патишта најчесто кај стари лица, мали деца и бремени жени.

Болеста се пренесува по воздушен пат (при кивање и кашлање) при контакт со заболен. Период на инкубација е најчесто 1-3 дена, а болниот е заразен еден ден пред да појават симптомите и 7 дена по појавување на симптомите.

Започнува со општи симптоми како што се малаксалост, болки во зглобови и мускули, главоболка, најчесто се јавува покачена температура и до 40 степени целзиусови, кашлање и кивање.

Вирусот циркулира во тек на зимските месеци, а може да предизвика заболување кај лица од сите возрастни групи. Многу често достигнува размери на епидемија па и на пандемија. Најчесто е со полесна клиничка слика и поминува за неколку дена со симптоматска терапија и мирување. Понекогаш може да даде и компликации со тешка клиничка слика како пнеумонија најчесто кај ризичните групи (лица над 60 години со хронично заболување, бремени жени, деца под две години)

Во светски рамки секоја година заболуваат околу 3-5 милиони луѓе со различни симптоми, за жал 250.000 до 500.000 умираат на годишно ниво.

## Превенција

**Најдобра превентивна мерка за заштита од грип е вакцинацијата која се препорачува да се изврши во периодот од октомври до ноември, а имунитетот трае една година (до следната сезона на грип)**

## ОПШТИ МЕРКИ за заштита:

1. Избегнување на близок контакт со лица кои се заболени или сомнително болни.
2. Често миеење на рацете или бришење со влажни марамчиња кои содржат алкохол.
3. Избегнување на допирање на носот, устата или очите после контакт со предмети за кои постои можност да се контаминирани (задолжително миеење на раце).
4. Заболените лица неопходно е да се лекуваат дома со цел спречување на ширење на инфекција
5. Покривање на носот и устата при кашлање и кивање.

## ПРЕПОРАКИ ЗА ЛИЦАТА СО СИМПТОМИ НА ГРИП

За лицата со лесна клиничка слика кои не се во ризична група, се препорачува домашно лекување со симптоматска терапија а во случај на влошување на состојбата (доколку за 3 дена нема подобрување) веднаш консултација и преглед од лекар.

Лицата кои се со лесна клиничка слика, но спаѓаат во ризична група (хронично болни лица, бремени жени деца под две години), веднаш се јавуваат на матичен лекар со цел навремено ординирање на антивирусна терапија,

Лицата кои се со потешка клиничка слика веднаш се јавуваат на лекар со цел хоспитализација и ординирање соодветна терапија.