

О сезонном гриппе

Сезонный грипп — это ежегодная вакцина, предназначенная для защиты от гриппа.

Прививки от гриппа рекомендуются для всех возрастов 6 месяцев и старше.

Грипп может быть очень серьезной болезнью, особенно у детей раннего возраста, взрослых в возрасте 65 лет и старше, с основными болезнями и беременных женщин.

Вакцинация от гриппа

Прививка от гриппа — лучший способ защитить себя и семью.

Штаммы вируса гриппа постоянно меняются, поэтому новая вакцина против гриппа производится каждый год. Ученые создают вакцину до начала сезона 2017-2018, прогнозируя, какие штаммы гриппа, вероятно, будут наиболее распространены.

Поскольку вирус гриппа часто меняется в своем генетическом составе, необходимо переформулировать вакцину, и это одна из причин, по которой люди должны делать прививку от гриппа ежегодно.

Какие виды гриппа существуют?

Штаммы с гриппом защищают от трех или четырех штаммов вируса гриппа. Вакцины с трехвалентным гриппом защищают от двух штаммов гриппа А — H1N1 и H3N2 — и одного штамма вируса гриппа В. Четырехвалентные вакцины против гриппа, впервые предложенные в сезон гриппа 2013-2014 годов, защищают от тех же штаммов, что и трехвалентная вакцина, а также дополнительный штамм гриппа В.

В дополнение к стандартной вакцине против гриппа, передаваемой через иглу, прививки от гриппа доступны в нескольких различных формах, включая версию с высокими дозами для лиц в возрасте 65 лет и старше, версию с малой дозой (внутрикожная вакцина против гриппа) и носовой спрей, который одобрен для здоровых людей в возрасте от 2 до 49 лет.

Существует также игла без шприца с так называемым струйным инъектором, который использует поток жидкости высокого давления для инъекции вакцины. Он одобрен для взрослых от 18 до 64 лет.

Вакцины против гриппа в сезон 2017-2018 год

Состав гриппа 2017-2018 годов будет несколько отличаться от гриппа в прошлом сезоне. В частности, в этом сезоне грипп будет отличаться штаммом вируса H1N1 по сравнению с прививкой в прошлом сезоне.

Трехвалентный грипп в 2017-2018 годах будет содержать следующие штаммы вируса гриппа:

□ A / Michigan / 45/2015 (H1N1) pdm09-подобный вирус. Это компонент H1N1, который отличается от прошлогоднего гриппа.

□ A / Hong Kong / 4801/2014 (H3N2) -подобный вирус. Это компонент H3N2, который аналогичен прошлогоднему гриппу.

□ B / Brisbane / 60/2008-like (B / Victoria lineage) — это компонент штамма вируса гриппа B, который аналогичен прошлогодней прививке.

Четырехвалентная вакцина 2017-2018 также будет содержать второй штамм вируса гриппа B, называемый вирусом B / Phuket / 3073/2013 (B / Yamagata lineage), который также был включен в четырехвалентную вакцину прошлого сезона.

Так же, как и в последний сезон гриппа, гриппозный спрей для носа не рекомендуется никому в течение сезона гриппа 2017-2018 годов. Уже второй год подряд назальный спрей исключен из списка рекомендованных типов вакцин от гриппа. Это решение было основано на данных, показывающих, что назальный спрей не очень эффективен для профилактики гриппа с 2013 по 2016 год. Исключение из употребления носового спрея в течение сезона гриппа в 2016-2017 годах не повлияло на общий процент людей, получивших прививку от гриппа в этом сезоне. Неясно, изменится ли эта рекомендация в будущих сезонах.

Беременные женщины могут получать любую из вакцин против гриппа, рекомендованных для их возрастной группы, за исключением назального спрея (также называемой живой аттенуированной вакцины против гриппа или LAIV). Это означает, что беременные женщины могут получать либо «инактивированные» (убитые) вакцины против гриппа или «рекомбинантной» вакцины, которые производятся без использования куриных яиц и могут быть даны людям с аллергией на яйца. Раньше звучали заявления, что беременные женщины должны получать «инактивированные», но не упоминали использование рекомбинатных вакцин.

Когда вы должны сделать прививку от гриппа?

Точно, когда сезон гриппа начинается и заканчивается, он непредсказуем, поэтому рекомендуют, чтобы люди делали прививку от гриппа ранней осенью, предпочтительно к концу октября. Обычно активность гриппа достигает пика в январе или феврале.

В июне истекает срок действия прививки от гриппа в каждом сезоне.

После вакцинации человеку требуется около двух недель, чтобы создать иммунитет против гриппа.

Насколько эффективна вакцина против гриппа?

Эффективность вакцины против сезонного гриппа 2017-2018 зависит от нескольких факторов, в том числе от того, насколько хорошо штаммы гриппа

в вакцине соответствуют штаммам в обращении. Некоторые исследования показывают, что, когда штаммы в вакцине хорошо сочетаются с теми, которые циркулируют, вакцинированные люди на 60% менее склонны заразиться гриппом, чем люди, которые не вакцинированы.

Эффективность вакцины против гриппа также может варьироваться в зависимости от того, кто был вакцинирован: прививка имеет тенденцию работать лучше всего у здоровых взрослых и детей старшего возраста и менее хорошо у пожилых людей.

Например, исследование, проведенное в 2013 году в CDC, показало, что вакцина против гриппа в течение года не очень эффективна для взрослых в возрасте 65 лет и старше: пожилые люди, сделавшие прививку, так же склонны посещать врача с симптомами гриппа, как те, кто не получил вакцины.

Но другие исследования показывают, что люди, которые заболевают, развивают меньше симптомов, если они вакцинированы. Исследование, проведенное в 2013 году в журнале *Clinical Infectious Diseases*, показало, что люди, получившие прививку, с меньшей вероятностью госпитализируются с гриппом.

Есть несколько исследований, которые предполагают, что вакцина с высокой дозой против гриппа обеспечивает лучшую защиту для пожилых людей. Вакцина с высокой дозой гриппа в четыре раза превышает дозу стандартной вакцины. Исследование 2014 года в журнале *New England Journal of Medicine* показало, что вакцина с высокой дозой обеспечивает 24% защиту от гриппа, чем стандартная доза.

Вакцины против гриппа безопасны для беременных?

Да. Исследования показывают, что вакцины против гриппа безопасны для женщин на любой стадии беременности.

Существует несколько причин, по которым важно, чтобы беременные женщины получали прививку от гриппа.

Беременные, заболевая гриппом, имеют тенденцию к тяжелому течению болезни, подвержены повышенному риску осложнений и госпитализации.

Кроме того, вакцинация против гриппа во время беременности помогает защитить ребенка от гриппа в течение первых шести месяцев жизни, когда ребенок слишком мал, чтобы получить прививку от гриппа. Мать передает эту защиту своему новорожденному ребенку.

Каковы побочные эффекты?

Мягкие побочные эффекты от гриппа включают болезненность, покраснение или отек на месте инъекции, небольшое повышение температуры и боли. Только около 1-2% сделавших прививку от гриппа, будут иметь повышенную температуру.

Могут возникать редкие, но серьезные побочные эффекты, включая аллергические реакции. Симптомы серьезных побочных эффектов включают затрудненное дыхание, отек вокруг глаз или губ, крапивницу, быстрое сердцебиение, головокружение и высокую температуру. Если вы испытываете серьезные побочные эффекты, вы должны немедленно обратиться за медицинской помощью, сообщает CDC.

Для детей побочные эффекты от спрея для носа могут включать насморк, хрипы, головную боль, рвоту, мышечные боли и лихорадку. Для взрослых побочные эффекты включают насморк, головную боль, боль в горле и кашель. Эти побочные эффекты длятся короткое время по сравнению с настоящим гриппом.

Можно ли заболеть гриппом после прививки?

Это миф о том, что вы можете заразиться гриппом от вакцины против гриппа.

Вирусы в ней убиты, поэтому люди не могут заболеть. Однако, поскольку людям нужно наращивать иммунитет после прививки, некоторые люди могут заразиться гриппом вскоре после их вакцинации, если они заражаются гриппом в течение этого периода времени.

Некоторые люди также могут ошибочно приписывать симптомы простуды вакцине.

Назальная аэрозольная вакцина содержит «живой аттенуированный» вирус гриппа, но вирус ослабляется, так что он не может вызвать грипп. Вирусы в назальном спрее не могут размножиться в легких и других частях тела. Однако, поскольку температура в носу ниже, вирус вызывает в нем небольшую инфекцию. Эта инфекция не вызывает симптомов у большинства людей, но у некоторых людей она вызывает такие симптомы, как насморк и боль в горле.

Эта местная инфекция побудит организм вырабатывать антитела против вируса гриппа. Это обеспечивает лучшую защиту от настоящего гриппа, который, конечно же, является вирусом, способный серьезно вас беспокоить.

Кто не должен делать прививку от гриппа?

Дети младше 6 месяцев не должны делать прививку от гриппа. У кого была серьезная аллергическая реакция на вакцину от гриппа в прошлом, как правило, не вакцинируются.

Вы не должны получать вакцину против гриппа, если у вас высокая температура. (Вы должны подождать, пока лихорадка не исчезнет.)

Однако, если у вас есть незначительная болезнь, например, небольшая простуда или головная боль, вы все равно можете сделать прививку от гриппа. Вакцина прекрасно при этом работает.

