

Kai nesi pasiskiepijęs nuo gripo, o mieste jau paskelbta šios ligos epidemija, **kiekvienas negalavimas kelia nerimą.** Jį specifiniais neinvaziniais tyrimais išsklaidyti, o susirgus padėti nuoširdžiai pasirenge Kauno miesto poliklinikos medikai.



■ **Svarbu:** laboratorijos vedėja Ž.Stanevičiūtė-Jacikė pataria kiekvienam, pajutusiam peršalimo ligų simptomus, Kauno miesto poliklinikoje išsitiirti, ar tai gripas, ar ne.

# Gripas ar tik peršalimas? Atsakymą rasti nesunku

## Skaiciai baugina ir guodžia

Vis dažniau čiaudite, pradėjote sloguoti, o ir kosulys dažnėja: ar tai ne gripas? Ši baimė pastaruoju metu būdinga kiekvienam, juolab kad sergamumas ūminėmis viršutinių kvėpavimo takų infekcijomis (ŪVKTI) ir gripu Kaune jau perkopė epideminį slenkstį, kai iš 10 tūkst. gyventojų serga 100.

„Net 71- am Kauno miesto poliklinikos pacientui vien per šeštąją šių metų savaitę diagnozuotas gripas. Iš susirgusių – 33 vaikai, kurių amžius iki 17 metų. ŪVKTI diagnozuota 1 061 pacientui, iš jų 639 – vaikai“, – skaičius pristatė Kauno miesto poliklinikos Infekcijų kontrolės tarnybos vedėja Danutė Golubevienė.

Praėjusių savaitę sergamumas augo. Vien Kauno miesto poliklinikoje per pirmąsias penkias praėjusių savaitės dienas užregistruota 116 gripo atvejų, iš

jų – 51 vaikas (nuo 0–17 metų), ŪVKTI – 845 atvejų, iš jų – 453 vaikai.

Galima pasiguosti nebent tuo, kad praėjusiais metais tuo pačiu laikotarpiu sergamumas gripu ir ŪVKTI buvo daug didesnis: septintąją metų savaitę buvo užregistruota 459 gripo ir 1 419 ŪVKTI atvejų.

## Prevencijos galia

Neabejotinai daug mažiau žmonių šiemet serga gripu dėl to, kad yra daug daugiau pasiskiepusių nuo šios ligos. „Efektyviai panaudojome valstybės biudžeto lėšas, paskiepėjome gripo sezonine vakcina 10 850 pacientų, priklausančių rizikos grupėms. Be to, paskiepėjome 1 125 pacientus mokama gripo sezonine vakcina. Pernai pasiskiepusių buvo gerokai mažiau“, – prisiminė D.Golubevienė.

Kauno miesto poliklinikos Šilainių padalinio šeimos gydyto-

ja Brigita Vėtaitė-Krikščiūnienė patvirtina, kad vienintelė patikrinta ir moksliskai pagrįsta profilaktikos priemonė nuo gripo yra skiepiai.

„Šio sezono metu Kauno miesto poliklinikos Šilainių padalinys padidino skiepimo apimtį, lyginant su ankstesniais metais. Reikia pasidžiaugti, kad pacientai noriai skiepiasi, skiepų poreikis netgi viršijo galimybes“, – pastebėjo B.Vėtaitė-Krikščiūnienė.

Ji aiškina, kad gripas – infekcija, plintanti lašelinio būdu per orą, tai yra čiaudint ir kosint sergančiam žmogui. Lašeliai patenka į aplinką, ant šalia esančių daiktų. Žmogus juos įkvėpia arba, palietus užterštus daiktus per rankas, virusai patenka į burną, nosį.

„Vienas sergantis gali užkrėsti apie keturis sveikus asmenis“, – perspėja šeimos gydytoja B.Vėtaitė-Krikščiūnienė.

Ji apgailestauja, kad skeptiškai skiepus nuo gripo vertina nėsčiosios, nors yra galimybė jas pasiskiepyti valstybės lėšomis. Be to, paskiepijama palyginti nedaug vaikų.

„Todėl gripo epidemijos nepavyksta išvengti ir suvaldyti“, – priežastis, kodėl kasmet tiek daug žmonių serga gripu, įvardija gydytoja B.Vėtaitė-Krikščiūnienė.

Siekdami mažinti sergamumą apimtį, didžiausios Kaune sveikatos priežiūros įstaigos – Kauno miesto poliklinikos medikai atsakingai ir nuoširdžiai teikia patarimus, kaip išvengti sezoninės ligos.

„Poliklinikos ir socialiniuose tinkluose, informaciniuose centruose teikiame rekomen-

dacijas, kaip apsisaugoti nuo gripo, aiškiname, kokie yra pagrindiniai ligos simptomai ir kaip elgtis susirgus. Dar daugiau svarbos teikiame taikomiems pacientų izoliavimo būdams. Tai rankų higiena, apsaugos priemonių naudojimas, medicinos prietaisų ir gaminių apdorojimas, aplinkos paviršių valymas ir dezinfekcija, skalbinių ir medicininių atliekų tvarkymas“, – pridūrė poliklinikos Infekcijų kontrolės tarnybos vedėja D.Golubevienė.

**Daug mažiau žmonių šiemet serga gripu dėl to, kad yra daug daugiau pasiskiepusių nuo šios ligos.**

## Ypatingas tyrimas

Ir vis dėlto ką daryti, jei manome, kad užsikrėtėme gripu? „Pajutus pirmuosius nemalonus peršalimo simptomus, rekomenduojama nedelsiant kreiptis į savo šeimos gydytoją, nes galbūt tai ne viršutinių kvėpavimo takų virusinė liga, o gripas. Gripo virusas – vienos grandinės RNR virusas, kuris gali sukelti lengvus ar sunkius simptomus: karščiavimą, šaltkrėtį, galvos, raumenų skausmą. Negydoma ši liga gali sukelti mirtį. Kauno miesto poliklinikos padaliniuose yra galimybė atlikti specifinį imunofermenitinį tyrimą, kuris parodo, kuo susirgote: gripu ar ne. Svarbu išsitiirti kuo anksčiau, per 48 val. nuo pirmųjų simptomų pasireiškimo“, – labai reikšmingą tyrimą

pristato Kauno miesto poliklinikos laboratorijos vedėja medicinos biologė-kokybės vadybininkė Živilė Stanevičiūtė-Jacikė.

Ji tvirtina, kad tyrimas yra labai paprastas: medžiaga jam paimama iš paciento nosiaryklės specialiu tamponėliu, be jokios invazijos ir kraujo. Tyrimas pasižymi 100 proc. specifiškumu ir 97 proc. jautrumu gripo virusui, todėl rekomenduojamas net ir profilaktiškai tiems pacientams, kurių rizika sirgti sunkiomis ligomis yra didelė.

„Kitais diagnostiniais metodais (PGR, virusinės kultūros) paremti tyrimai užtrunka ilgai (24–48 valandas), o kokybinis gripo virusų antigenų A ir B tyrimas Kauno miesto poliklinikoje atliekamas vos per 10 min. Per tokį trumpą laiką paaiškėja, ar gripo virusas yra, ir jei yra, tai koks: A ar B tipo“, – aiškina Ž.Stanevičiūtė-Jacikė.

Nustačius konkretų viruso tipą, gydytojas gali greičiau paskirti specialius antivirusinius vaistus arba, jei gripo viruso nerasta, skiriamas simptominis gydymas nuo ŪVKTI.

„Testas padeda laiku nustatyti ligos priežastį, skirti tikslingus antivirusinius vaistus ir apsaugoti pacientą nuo nemalonių komplikacijų ar netikslingo, netinkamų vaistų vartojimo. Skiriami ir kiti tyrimai: C-reaktyvinio baltymo, automatizuoto bendro kraujo, kurie padeda diferencijuoti bakterinės ir virusinės kilmės infekcijas“, – Ž.Stanevičiūtė-Jacikė pabrėžia, kad visi tyrimai suteikia gydytojui daugiau informacijos priimant sprendimą, kaip gydyti pacientą.

Kauno miesto poliklinikos duomenimis, šiais metais nustatomi ir A, ir B tipo gripo virusai, dažniau – A tipo.

PR

## Kauno miesto poliklinikos gydytojai aiškina ir pataria

■ Gripas pasireiškia aukšta temperatūra, gerklės, galvos, kaulų ir raumenų skausmais, stipriu bendru silpnumu, vėliau atsiranda sloga ir sausas kosulys.

■ Gripo virusas plinta lašelinio būdu per orą, todėl rekomenduojama dėvėti medicinines paskirties kaukes. Būtina tinkama kvėpavimo takų higiena (kosint ar čiaudint prisidengti burną / nosį popierine servetėle ar nosine, nusiplauti rankas).

■ Prasidėjus gripo ir ŪVKTI sezonui būtina laikytis profilaktikos priemonių: dažnai plauti rankas su muilu, neliesti nešvariomis rankomis veido, nosies, vengti masinių žmonių susibūrimo vietų, vėdinti patalpas, valyti jas ir baldų paviršius šlapiu būdu, būti kuo daugiau gryname ore, aktyviai judėti (ypač vaikams), stiprinti imuninę sistemą.

■ Susirgus gripu, po gydytojo konsultacijos būtina laikytis namų režimo.



■ **Pavojus:** šeimos gydytoja B.Vėtaitė-Krikščiūnienė perspėja, kad vienas gripu sergantis žmogus gali užkrėsti keturis sveikus, todėl būtina saugoti ne tik save, bet ir kitus.

Laimio Steponavičiaus nuotr.